MEDICINA PARA O POVO

GUIA DA MULHER PEJADA

Preceitos hygienicos.
Molestias e accidentes. Seu tratamento: allopathico, pelo autor; homœopathico, pelo DR. CASTRO LOPES; e dosimetrico, pelo DR. JOSÉ DE GOES.

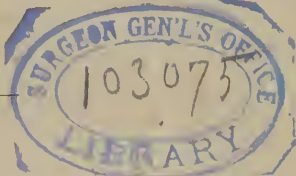
PRECEDIDOS DO

CALENDARIO DA PRENHEZ

com o qual se pode marcar o dia do parto, a época da fecundação e o periodo em que se devem sentir os movimentos do féto.

PELO

Dr. Pires de Almeida

Clinico da cidade do Rio de Janeiro, Médico adjunto da Santa Casa da Misericordia da Côrte; ex-segundo cirurgião da Armada, ex-pensionista do Exercito nos Hospitaes de Sangue do Paraguay; Commissario Vaccinador das Freguezias de Inhaúma e Irajá; e Delegado da Junta Central de Hygiene Pública, em Inhaúma.

RIO DE JANEIRO

Typ., lith. a vap., livr. e encad. LOMBAERTS & C

7 RUA DOS OURIVES 7

1882

A' S. Exa. o Sr. Conselheiro

CHEFE DE DIVISÃO GRADUADO

Dr. Carlos F. dos Santos Xavier e Azevedo

ESTE PENHOR DE ESTIMA E CONSIDERAÇÃO

Offerece

O mais humilde de seus discipulos,
e dedicado amigo,

o Dr. Pires de Almeida.

GUIA DA MULHER PEJADA

PREFACIO

Privilegiada em todas as quadras da vida, a mulher, umas vezes pela formosura, outras pela sua terna solicitude, amiudadamente pelos impulsos do seu generoso coração, e sempre pela interessante fraqueza, tem sido estudada pelos philosophos e moralistas, celebrada pelos poetas, constituindo-se objecto de serios estudos da parte do médico, que n'ella vê — não só a meiga companheira de todos os dias — como tambem um ser excepcional que, reunindo o grandioso, complicado e perfeito do rei da creação, apresenta ao lado desses dotes, todo o delicado, sensivel e encantador de uma natureza angelica fundida nas fórmas delineaveis da materia.

Deve-lhe, portanto, o médico mais considerações do que qualquer outro, porque, pela indole dos seus estudos, pela ininter-

rompida prática de sua honrosa profissão, chegou a comprehender o quanto é difficil desvendar os mysterios da organisação feminina, o quanto é importante conhecêl-os com certeza, e como se torna doce e agradavel levar o consôlo ao coração afflicto e a saúde ao côrpo doente, daquellas que tantas sympathias despertam.

Disse-o alguem, e com espirito e razão: a mulher é uma criança grande. Esta expressiva phrase que, para os mais exigentes, envolve uma censura, importa o seu melhor elogio.

Ha por ventura cousa que mais nos interesse do que a tenra infancia? Ha na creação um ser que mais direitos tenha á nossa estima, e mais carinhos e cuidados nos inspire do que esses innocentinhos que mal conhecem a vida?

E porque?

Porque naquella idade sômos apenas um atomo lançado ao mundo; e seriamos o brinco de todas as influencias physicas, a victima de todas as tempestades, sem os desvelos constantes de nossos paes que — já robustecidos na luta — soffrem por amôr da fragil criança o choque de todos os ventos.

A mulher, porém, nunca perde essa quasi

infancia ; em toda sua vida é um ser indefenso, expôsto, por um lado, ao embate das paixões que lutam para conquistar-lhe o nobre coração, por outro lado, á destruidora acção de molestias insidiosas que minam-lhe o côrpo, ou ás consequencias do desempenho das mais elevadas funcções que a natureza confiou ao seu organismo ; e que — sobre serem as mais importantes para a especie, porquanto concorrem exclusivamente para garantia da perpetuidade — são-lhe comtudo incommodas, dolorosas, e gastam rapidamente o viço da mocidade, quando não cortam em hora muito prematura o fio de uma existencia rica de esperanças e illusões.

Ha ainda uma quadra que mais especialmente excita as nossas sympathias, e exige os cuidados daquelles a quem incumbe cuidar da machina humana: essa é a em que a mulher se torna mãe.

Ponderando mais que no ventre materno encerra-se sempre um'alma, uma grande intelligencia ás vezes, aquella com seu immortal destino, esta com suas ardentes aspirações e faculdades capazes de imaginar novos mundos, ou remontar-se ás altas regiões da sciencia, desentranhando novos segredos, dilatando os horisontes á activi-

dade febril das gerações que se succedem, como não julgar digna de todo o interesse a saúde da mulher, da qual dependem destinos tão nobres quanto desconhecidos ?...

Desse modo se explica porque a sociedade, em suas diversas legislações, outorga tantos privilegios á mulher pejada ; explica-se ainda a razão pela qual o médico tomou a gestação como um dos pontos mais importantes de seus estudos, occupando-se ora de suas manifestações normaes ou physiologicas, ora das perturbações que acompanham-n'a constituindo estados morbidos que, por muitos titulos, se devem distinguir das enfermidades communs, e formar grupo á parte no programma geral das sciencias médicas.

O que acabámos de dizer, representando a unanime opinião dos medicos, e o juizo amadurecido dos philosophos, é a base de um criterio scientifico a que deve necessariamente obedecer todo aquelle que, por predilecção, gôsto, ou necessidade, consagre suas lucubrações ao que hoje se chama especialidade gynecologica, cujo fim não é mais do que o estudo contínuo do organismo da mulher em todas suas manifestações, para acompanhal-as quando marchem regularmente ao objectivo physiologico, para

modifical-as quando perturbações mais ou menos graves convertem-n'as em perigo para a saúde. O primeiro objecto constitue a gynecologia *hygienica;* o segundo, a gynecologia *pathologica.*

A hygiene da mulher pejada, as molestias que lhe são proprias, e seu tratamento, constituirão pois o assumpto deste livro, maneiro, singelo, despido de pretenções scientificas, porém cheio de preceitos praticos para bem encaminhar as futuras mães, de modo a não deixarem expostas aos azares da rotina, da indiscrição, ou mesmo das preoccupações, a vida e saúde de dous seres, dosquaes dependem — a um tempo — a riqueza da familia e o bem da sociedade.

Precede estes conselhos o calendario da prenhez, organisado synopticamente, e baseado n'um cálculo muito simples que facilita conhecer a época em que se realisará o parto. Este plano, desenvolvido primeiramente por Tibone, professor de partos na Universidade de Turim, e compilado depois pelo seu adjunto Calderini, vulgarisou-se rapidamente por toda a Italia, servindo hoje de guia — não só nas clinicas e maternidades — como tambem na prática particular.

Parteiros de todos os tempos envidaram

os maiores esforços para fixar mais ou menos aproximadamente a época em que a mulher deve sahir do seu estado interessante, não só debaixo do ponto de vista dos interesses pessôaes, como igualmente com um fim scientifico.

Os calculos feitos para conseguil-o nem sempre fôram exactos, porque justamente trata-se de resolver um problema, cujos têrmos são pouco definidos, quando não completamente obscuros; porém, depois dos ultimos trabalhos com respeito á geração, e do muito que se tem progredido no conhecimento dos phenomenos intimos do organismo, alcançou-se estabelecer uma base, se não absoluta, ao menos o mais aproximada possivel, e que pode dar em resultado um cálculo bastante satisfactorio, tanto para conhecer a edade da prenhez, quando isso convenha ao médico, como para marcar com antecedencia o dia provavel de sua natural terminação.

O ponto de partida é a época da ultima menstruação, porquanto — tendo em conta que a fecundação dá-se no fim da ovulação periodica, e coincidindo esta regularmente com a cessação da hemorrhagia mensal — comprehende-se que possamos fixar n'este ponto o começo da gestação, se não de

modo absoluto, ao menos aproximadamente, como já dissemos, que é como devem ser sempre calculados os phenomenos organicos.

Por outro lado, o tempo médio de duração da prenhez é de 280 dias; de sorte que, contando-os desd'o dia em que cessou a menstruação, póde-se obter — de modo muito aproximado á certeza — o dia do parto.

Nas mulheres que soffrem de desarranjo menstrual constante, será mais difficil basear o prognostico do parto na data da ultima menstruação, porque é muito possivel que n'esse caso a hemorrhagia não coincida com a ultima ovulação, podendo apparecer um fluxo sanguineo quando tenham já concebido, e conseguintemente começado tambem a gestação.

Esta excepção entra no dominio dos factos que só podem ser resolvidos pelo profissional; n'essas condições — inutil será recordar — o médico tirará ainda partido do calendario, fixando préviamente o verdadeiro caracter dos ultimos fluxos sanguineos.

Nos casos em que a mulher possa precisar a data do acto conjugal seguido de fecundação, já por ser o unico, já por vir acompanhado de circumstancias especiaes,

será então muitissimo mais exacto o resultado do cálculo, substituindo sua data pela da ultima menstruação, e consultando no calendario o dia ao qual corresponderá o parto.

ADVERTENCIAS PARA O USO DO CALENDARIO

1ª O ponto de partida para saber-se em que dia terá lugar o parto, é a ultima menstruação regular, não devendo ser considerado como tal o fluxo pouco abundante que apparece accidentalmente depois da mulher julgar-se gravida, por alguns signaes subjectivos ou racionaes.

Lembrando-se de quando teve o ultimo fluxo menstrual, basta-lhe procurar essa data no calendario, e vêr o dia correspondente na columna immediata.

Na maioria das vezes, o parto se effectuará dentro dos cinco dias anteriores ou posteriores á data encontrada, sendo muito possivel que coincidam exactamente esta com aquelle.

2ª Não apparecendo sempre n'uma época determinada os movimentos do féto, calculámos aproximadamente para todos os factos, tomando em consideração que costumam a ser observados na metade da ges-

tação. No caso da mulher ignorar o ultimo dia em que menstruou, o apparecimento d'esses movimentos pode tambem servir-lhe para calcular aproximadamente, embora com menos exactidão, a época em que dará á luz. Para chegar a esse resultado, procura-se na columna dos movimentos do féto a época em que elles fôram percebidos, e logo vê-se, na carreira que lhe corresponde á esquerda, o dia do parto, que coincidirá com um dos dias comprehendidos nos seis que abrange a respectiva chave.

Exemplo:

Se os movimentos do féto fôram percebidos pela primeira vez em principios de Junho, o parto se effectuará do dia 19 a 24 de Outubro.

Como já dissemos, póde não coincidir exactamente a data referida com alguns dos dias designados; a differença, porém, será — quando muito — de cinco dias antes ou cinco dias depois dos seis indicados; isto é, no presente caso — por exemplo — calcular-se-ha — quando muito — do dia 14 a 29 de Outubro, como oscillação total da época que se procura.

3ª Para calcular a edade da gestação, ou antes o tempo da prenhez, basta sommar o numero de dias decorridos da ultima mens-

truação até o em que se está. D'esse modo, verbi gratia, examinando-se a mulher no dia 15 de Março, se a menstruação desappareceo a 1° de Janeiro, terão decorridos 31 dias d'esse mez, 28 de Fevereiro e 15 de Março, total 74 dias, que são os de gestação.

A certeza do tempo da prenhez é da maior importancia para o médico, não só para resolver as magnas questões que se offerecem de parto prematuro provocadc para determinados fins therapeuticos, como para elucidar algumas questões de medicina legal que n'esse sentido se discutam.

Para o uso commum não é já tão rigorosa essa necessidade, mesmo porque as approximações apresentadas pelo calendario bastam para as medidas de previsão e outros cuidados que têm as familias quando esperam o dia do parto.

4ª Geralmente a prenhez revela-se por alguns phenomenos que acarretam certa novidade na saúde da mulher, sendo dos primeiros nauseas e vomitos que sobreveem com mais intensidade pela manhã. Calcula-se ás vezes a época da gestação pelo apparecimento de taes phenomenos, suppondo que coexistem com a fecundação, o que acontece na maioria dos casos, porém nem sempre; porquanto, é tambem muito

frequente apparecerem mais tarde, coincidindo então com a primeira falta de menstruação, constituindo o comêço do segundo mez.

Essa lacuna fica, porém, prevenida com o modo de calcular que o calendario offerece, cuja exactidão será ainda maior si se souber o dia fixo das ultimas relações conjugaes simultaneas com a ultima menstruação, ou subsequentes a ella, porque estas ultimas — quando seguem-se muito de perto á cessação da regra — são as que produzem a fecundação. N'estas circumstancias comprehende-se que a probabilidade pode chegar a ponto de fixar-se o dia do parto, porquanto tem-se quasi completa certeza do dia em que começou a gestação.

5ª Os êrros que resultam d'esta prática, não devem ser imputados nem á inexactidão dos dados que nos serviram para estabelecêl-a, nem á falsidade do principio scientifico que a gerou.

Podem depender: *primeiramente*, da falta de observação exacta, pois de contínuo vêmos a mulher esquecer facilmente a época de sua menstruação, sobretudo quando esta não é muito regular, e variam com frequencia os dias em que apparece; do mesmo modo que ella não pode — ás vezes

— fixar a época em que sentiu os primeiros movimentos do féto.

Em segundo lugar, por um avanço ou atrazo anormaes, devidos a causas especiaes.

E' muito possivel que uma impressão moral ou accidente physico que passam desapercebidos á mulher, apressem alguns dias o fim da prenhez, e n'esse caso vem o parto em época anterior á calculada; e, inversamente, é tambem possivel, por um conjuncto de condições organicas, não apreciaveis ao simples exame, que se prolongue a gestação além dos 280 dias, em cujo caso o parto se retardará.

São, porém, excepções estas que invalidam a lei geral, mas não alteram de modo algum o cálculo, que serve perfeitamente na generalidade dos casos, comtanto que a mulher saiba observar-se, conheça e se recorde das épocas em que de ordinario fica menstruada, — a duração mais commum d'esse fluxo, para distinguil-o d'aquelle que não é menstrual mas accidental, — n'uma palavra, de tudo quanto diz respeito ao seu organismo, para não frustrar por culpa propria os dados em que se funda o calendario como base scientifica de sua applicação.

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
JANEIRO	OUTUBRO	
1	7	Na segunda metade de Maio.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Maio.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Principios de Junho
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	
19	25	Na primeira metade de Junho.
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	31	
26	NOV. 1	Meados de Junho.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do féto
FEVEREIRO	NOVEMBRO	
1	7	Na segunda metade de Junho.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Junho.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Nos primeiros dias de Julho.
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	Na primeira metade de Julho.
19	25	
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	DEZ. 1	Meados de Julho.
26	2	
27	3	
28	4	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do féto
MARÇO	DEZEMBRO	
1	5	Na segunda metade de Julho.
2	6	
3	7	
4	8	
5	9	
6	10	
7	11	Fins de Julho.
8	12	
9	13	
10	14	
11	15	
12	16	
13	17	Nos primeiros dias de Agôsto.
14	18	
15	19	
16	20	
17	21	
18	22	
19	23	Na primeira metade de Agôsto.
20	24	
21	25	
22	26	
23	27	
24	28	
25	29	Meados de Agôsto.
26	30	
27	31	
28	JAN 1	
29	2	
30	3	
31	4	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto.
ABRIL	JANEIRO	
1	5	Na segunda metade de Agôsto.
2	6	
3	7	
4	8	
5	9	
6	10	
7	11	Fins de Agôsto.
8	12	
9	13	
10	14	
11	15	
12	16	
13	17	Nos primeiros dias de Setembro.
14	18	
15	19	
16	20	
17	21	
18	22	
19	23	Na primeira metade de Setembro.
20	24	
21	25	
22	26	
23	27	
24	28	
25	29	Meados de Setembro
26	30	
27	31	
28	FEV. 1	
29	2	
30	3	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
MAIO	FEVEREIRO	
1	4	Na segunda metade de Setembro.
2	5	
3	6	
4	7	
5	8	
6	9	
7	10	Fins de Setembro.
8	11	
9	12	
10	13	
11	14	
12	15	
13	16	Principios de Outubro
14	17	
15	18	
16	19	
17	20	
18	21	
19	22	Na primeira metade de Outubro.
20	23	
21	24	
22	25	
23	26	
24	27	
25	28	
26	MAR. 1	Meados de Outubro.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
JUNHO	MARÇO	
1	7	Na segunda metade de Outubro.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Outubro.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Principios de Novembro.
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	
19	25	Na primeira metade de Novembro.
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	31	
26	ABR. 1	Meados de Novembro.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
JULHO	ABRIL	
1	6	Na segunda metade de Novembro.
2	7	
3	8	
4	9	
5	10	
6	11	
7	12	Fins de Novembro.
8	13	
9	14	
10	15	
11	16	
12	17	
13	18	Principios de Dezembro.
14	19	
15	20	
16	21	
17	22	
18	23	
19	24	Na primeira metade de Dezembro.
20	25	
21	26	
22	27	
23	28	
24	29	
25	30	
26	MAIO 1	Meados de Dezembro.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
AGOSTO	MAIO	
1	7	Na segunda metade de Dezembro.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Dezembro.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Principios de Janeiro.
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	
19	25	Na primeira metade de Janeiro.
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	31	
26	JUN. 1	Meados de Jane ro.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
SETEMBRO	JUNHO	
1 2 3 4 5 6	7 8 9 10 11 12	Na segunda metade de Janeiro.
7 8 9 10 11 12	13 14 15 16 17 18	Fins de Janeiro.
13 14 15 16 17 18	19 20 21 22 23 24	Nos primeiros dias de Fevereiro.
19 20 21 22 23 24	25 26 27 28 29 30	Na primeira metade de Fevereiro.
25 26 27 28 29 30	JUL. 1 2 3 4 5 6	Meados de Fevereiro.

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
OUTUBRO	JULHO	
1	7	Na segunda metade de Fevereiro.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Fevereiro.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Principios de Março.
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	
19	25	Na primeira metade de Março.
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	31	
26	AG.to 1	Meados de Março.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

Ultimo dia da ultima ménstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto.
NOVEMBRO	AGOSTO	
1	7	Na segunda metade de Março.
2	8	
3	9	
4	10	
5	11	
6	12	
7	13	Fins de Março.
8	14	
9	15	
10	16	
11	17	
12	18	
13	19	Principios de Abril.
14	20	
15	21	
16	22	
17	23	
18	24	
19	25	Na primeira metade de Abril.
20	26	
21	27	
22	28	
23	29	
24	30	
25	31	
26	SET. 1	Meados de Abril.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	

Ultimo dia da ultima menstruação	Epoca provavel do parto	Epoca em que se hão de perceber os primeiros movimentos do feto
DEZEMBRO	SETEMBRO	
1	6	Na segunda metade de Abril.
2	7	
3	8	
4	9	
5	10	
6	11	
7	12	Fins de Abril.
8	13	
9	14	
10	15	
11	16	
12	17	
13	18	Principios de Maio.
14	19	
15	20	
16	21	
17	22	
18	23	
19	24	Na primeira metade de Maio.
20	25	
21	26	
22	27	
23	28	
24	29	
25	30	
26	OUT. 1	Meados de Maio.
27	2	
28	3	
29	4	
30	5	
31	6	

HYGIENE DA MULHER PÉJADA

Quasi se pode asseverar, em these, que a direcção hygienica da mulher pejada não se aparta das leis geraes d'este ramo da sciencia médica, e que todas suas regras são igualmente applicaveis ao caso concreto que nos occupa.

Se a mulher vive ordinariamente conforme esses preceitos, e mantém ou acautela sua saúde, precavendo-se de tudo quanto possa modificar-lhe maleficamente o organismo, pouco mais terá a accrescentar quando o novo estado se desenvolva de modo normal;—porém, o mais certo e commum é esquecerem-se os preceitos hygienicos, porque — não só a mulher como tambem o homem — muito pouco cuidam de prevenir os resultados de qualquer incidente organico emquanto gozam saúde, e nada ameaça interromper a perfeita harmonia que parece reinar na marcha das funcções physiologicas.

Os desvios e abusos, embora nem sempre completamente indifferentes ao organismo, podem passar quasi despercebidos durante os annos da flôrente mocidade, n'essa bella quadra da existencia em que ha superabundancia de vida, e por isso a robusta natureza — com mão pródiga — provê as faltas até d'aquelles que attentam contra ella ; podem ainda pouco influir n'essa occasião, embora guardem para mais tarde — e com usura — as manifestações de seus embates, quando o organismo está em repouso, e a marcha tranquilla de todas suas funcções indique regularidade das fôrças vitaes, e não haja suspeita de novas modificações nem mudanças notaveis na physiologia normal, nem ameaças de conflicto sério que a converta n'uma enfermidade grave, e — mais ainda — em perigo imminente e certo para a vida ; mas, durante a gravidez, é indesculpavel o abandono da hygiene.

« A prenhez, diz Mauriceau, é procelloso oceano em que mãe e filho navegam por tempo de nove mezes. » Se ambos caminham com bom vento, e a agulha aponta seguro rumo, chegarão a salvamento ao têrmo da viagem ; porém se, accrescentâmos, — por um lado — descuidar-se o estado geral dos dous entes interessados, e — por

outro — desprezar-se os pequenos incidentes da intercurrencia, será sempre de receiar naufragio, cuja responsabilidade recahirá sómente sobre a mulher que, pouco zelosa do seo estado, cerrou os ouvidos áquelles que a chamavão ao cumprimento de certos deveres, em nome da mais humanitaria e mais providencial das sciencias.

Os medicos antigos peccaram sem dúvida por ter cahido no extrêmo diametralmente oppôsto á incuria que acabámos de condemnar, impôndo á mulher uma série de minuciosas precauções, fundadas antes em idéas theoricas e tradicionaes, e algumas dellas até absurdas, do que na obrigação de preencher uma necessidade evidente. Sujeitavam á regras fixas a escôlha dos alimentos e a natureza e quantidade das bebidas, formulavam uma dieta especial, e obrigavam á pejada a tragar cozimentos sem numero e tisanas insulsas, condemnando-a muitas vezes durante grande parte da prenhez á quietação e absoluto repouso.

Semelhante exagêro nas precauções é mais nocivo que util; restringindo-se á ellas a senhora gravida, crêa-se um habito ficticio que predispõe á maiores perigos do que os que na realidade tem de evitar. Nessa penosa posição tudo se converte em

accidentes, e qualquer transgressão do regimen traz consequencias mais sérias do que os ordinarios desvios e as eventualidades communs do regimen constante e racional de cada individuo.

Assim, a primeira regra geral que nos cumpre formular, é que a mulher não mudará absolutamente de regimen, costumes e habitos, comtanto que sejam racionaes, e não estejam em opposição com os principios da hygiene geral.

E' um ponto este mais importante do que á primeira vista parece, porque — na vida clinica — consulta-se todos os dias o médico sobre os factos mais insignificantes da vida da mulher no estado interessante.

Continue, pois, o seu regimen habitual, observando apenas algumas minucias que nos propômos esclarecer aqui. Nada receie: deixe as cousas seguirem livremente seu curso, que a natureza terminará a sua obra com a mais perfeita e admiravel regularidade.

E' tempo agora de fazer uma observação sobre os meios chamados *preventivos*, os quaes — como a palavra exprime — tendem a tornar mais segura e facil a marcha do parto, para chegar com felicidade ao seu têrmo. Fica desde já estabelecido que — na

generalidade das mulheres — as rigorôsas precauções tornam-se desnecessarias; só no caso de existirem certas molestias, cujo conhecimento incumbe exclusivamente ao profissional, e por conseguinte tambem o seu tratamento, convém pôr em acção certos e determinados meios para prevenir os máos resultados.

Fóra disto a mulher não deve pensar em dissipar accidentes imaginarios, ou evitar perigos que não passam de temerarias hypotheses.

Em o numero dessas medidas preventivas conta-se a sangria; e não sendo esta, como parece, um meio inoffensivo e inutil, mas uma operação que actúa profundamente no organismo, e póde produzir gravissimos transtornos, se bem que já quasi banido da clinica dos medicos brasileiros estamos comtudo na obrigação de não passar completamente por alto este perigoso recurso, tanto mais quanto — entre os mais ignorantes — é crença enraigada e bafejada, principalmente pelas robustas mulheres portuguezas, que a sangria preventiva mantém a gestação sem novidade e prepara partos felizes.

As nossas patricias, que na maior parte offerecem o doloroso quadro de uma natu-

reza diametralmente opposta por mofina e depauperada, deixam-se ás vezes arrastar por conselhos nescios e fazem-se tambem sangrar, felizmente quasi sempre no pé.

Este preconceito do pôvo, para vergonha nossa, tem seo fundamento em outro preconceito tradicional scientifico.

Os antigos, considerando a mulher gravida como em estado de plethora ou regorgitamento de sangue, julgavam a sangria não só a panacéa de todas as molestias da gestação, como até dos mais simples incommodos de saúde.

A physiologia experimental,porém, derramando luz no seio de questões até então envolvidas nas trevas, mostrou quanto era falso o principio em que os antigos fundavão a sua doutrina, descobrindo que as modificações produzidas pela prenhez na circulação não são plethoricas ; antes,pelo contrário,o sangue se empobrece por fórma tal que seus principaes elementos descem a uma cifra summamente baixa, resultando d'ahi um verdadeiro estado de anemia, causa de muitos phenomenos que — encarados com pouca attenção — podem ser tomados por plethoricos.

A sangria n'esse caso não pode produzir outro effeito senão peiorar as condições do

sangue, e portanto aggravar os symptomas que se pretende acalmar. E' por esta razão que negâmos cathegoricamente a utilidade da sangria como meio geral; e — quando consultados á respeito de sua opportunidade como medida simplesmente preventiva, mesmo appellando-se para o habito contrahido—não concordâmos nunca em pratical-a, tendo por principio que a condescendencia n'este caso póde ser altamente funesta.

Fica, portanto, estabelecido: a sangria — só em casos extrêmos indicada — deve ser banida, porquanto rouba ao organismo elementos de que carece, e muito, para a nutrição do feto. As molestias que por taes meios se pretende combater, podem-n'o ser com mais segurança lançando mão dos banhos geraes mornos, ou mesmo de algum laxantesinho brando, sem perigo para os orgãos compromettidos na gestação.

Isto não importa dizer que — em um ou outro caso— não sejâmos forçados a recorrer á sangria: apresentam-se ás vezes congestões mais ou menos localisadas, que a exigem.

Mas, sobre o seo emprêgo deve deliberar o médico depois de amadurecido exame, e severa reflexão, decidindo-se, não pelo desejo, instancias ou exigencias das interessa-

das, mas por convicção propria, filha de um criterio médico racional.

Outra advertencia cumpre fazer aqui. A's vezes, durante a gestação, a mulher sente nas funcções certas mudanças, que lhe despertam a attenção. Essas mudanças podem converter-se em estados morbidos mais ou menos intensos, porém sempre incommodos e duradores.

Em alguns casos mais serios, e nas familias em cujo governo prevalece a razão e o bom senso, manda-se chamar o médico, submettendo-se logo a doente ao seo directorio.

Ha, porém, senhoras, que — por sua educação especial ou por mal entendido pudôr —não querem confessar ao profissional seos incommodos, e vão confial-os ás comadres, ou amigas pouco escrupulosas em aconselhar tratamentos empyricos e muitas vezes de fataes consequencias.

Tolera-se nos primeiros momentos, principalmente si se trata de uma moça timida, apprehensiva, pela primeira vez n'esse melindroso estado, que confie seos achaques á propria mãe ou á alguma amiga mais intima, mas só para servirem de intermediarias ao médico, e fazer a este as primeiras confidencias ; o passo mais difficil de dar,

porque — uma vez iniciada a questão — si o médico é perspicaz,não lhe será difficil obter — e sem a menor repugnancia da parte da doente—tantos quantos dados e detalhes necessite para formar seo juizo,e até mesmo aquelles que se referem aos factos mais secretos e intimos pormenores da vida conjugal.

Não ha nada que mais damnos cause á mulher grávida do que os máos directorios, e estes proporcionam-lhe amiudadamente as intimas ignorantes, quando não malignas e supersticiosas, que — apoderando-se da confiança das familias — impõem-se, fazendo prevalecer suas absurdas idéas e *mésinhas* intragaveis ás autorisadas instrucções do homem de sciencia.

E como, infelizmente, em muitas povôações, nas capitaes de nossas provincias, e — o que mais é ainda — no seio da propria côrte, affrontando ostensivamente a Policia, fervilham as comadres, não me cançarei de prevenir contra ellas as senhoras que aspirem manter uma gestação feliz,e chegar ao têrmo sem lamentar passo algum indiscreto, nem tropeçar com fataes aberrações.

Todos os dias registram-se casos em que a mão fatal d'essas especuladoras escreve a sorte de uma familia inteira na lapide de uma sepultura, sacrificando mães estreme-

cidas e espôsas que apenas acabam de perder os encantos da virgindade.

Entre esses factos alguns ha que provocam o riso por disparatados. Lembro-me de uma moça que, illudida por uma d'essas embusteiras, viveo — durante dous annos (!!) — convencida de que se achava grávida, e só ao cabo d'esse tempo lembrou-se que — sobre ser solteira — uma prenhez tão longa era realmente irrisoria. A pobre moça apenas soffria de colicas ventosas, e — prudentemente medicada — restabeleceu-se ao cabo de pouco tempo.

Apoz estas generalidades applicaveis a todos os casos, occupemo-nos materialmente de algunspontos concretos, seguindo a ordem que commummente se consigna nos tratados de hygiene.

O *ar* é o agente universal que concorre para os phenomenos mais importantes da vida, pois é elle que transmitte ao sangue as qualidades que deve ter para actuar no organismo como o principal movel das funcções activas ; sem ar respiravel e puro fallecem rapidamente os seres vivos, asphyxiados pelos gazes deletereos que — como o acido carbonico—geram-se abundantemente na economia ; sôb a acção de um ar máo e corrompido, quando accidental, pro-

duzem-se desordens na respiração e na circulação, e congestões mais ou menos intensas, cujas primeiras e mais inoffensivas manifestações são simples vertigens, cephalalgia, nauseas, etc. ; podendo ir além, e occasionar accidentes funestos, desmaios e derrames, si sua acção é prolongada e permamente ; transtorna radicalmente a economia ; todos os tecidos do organismo — baldos do elemento vivificador — desenvolvem-se mal, o individuo cresce mofino e doentio, e dous terços d'esses infelizes que por ahi vêmos escrophulosos, rachiticos, tisicos e idiotas, devem o seu desgraçado estado — mais do que a outras quaesquer causas — ás pessimas condições atmosphericas em que viveram, principalmente nos primeiros annos.

Comprehende-se que estas apreciações geraes que fazemos com respeito ao ar, applicaveis a todos os individuos, teem muito mais importancia quando se trata da mulher pejada. Sobre ser racional, é facto averiguado pelos physiologistas que nos lugares cuja atmosphera não reuna as devidas condições de pureza, ha frequentemente abôrtos e nascimento de crianças rachiticas e deformes.

Em S. Paulo e Minas, aliás tão saudaveis,

ha pontos summamente baixos e humidos, onde — reunidas a outras condições, como sejam as de agua, alimentação, etc.— abundam as papeiras, a lepra, e os hydroencephalicos, sendo raro — em muitos d'elles — encontrar uma criança que não traga os signaes indeleveis do escrophulismo.

Si se tratasse de um pôvo tão intelligente e tão instruido que pudesse comprehender o alcance d'estas cousas, facilmente se melhoraria a sorte d'esses infelizes, desde que —obedecendo a um regimen hygienico consciencioso — as mulheres — abandonando essas paragens durante a época da gestação —a passassem em pontos mais sêccos, e distantes dos lugares conhecidamente mal arejados.

O mesmo acontece entre nós, com respeito á opilação, nas freguezias suburbanas, sitios notaveis pelos seus pantanos.

Nem por isso se entenda que a mulher deva procurar os pontos muito altos : está perfeitamente provado que as eminencias predispõem ao abôrto.

Saucerotte, que pensa d'esse modo, cita como exemplo as montanhas dos Vosgos, onde se tornaram tão frequentes os abôrtos que as mulheres viram-se obrigadas a passar todo o tempo da prenhez na planicie.

Comquanto seja muito possivel que um ar excessivamente oxygenado, como o que se respira nas grandes alturas, dê causa ao abôrto, e — ainda mesmo concordando com Sancerotte — que unicamente á pureza do ar e falta de pressão atmospherica se attribuem os abôrtos nos Vosgos, não me atrevo a dar ao facto caracteres de uma lei geral, principalmente accommodando-o ao nosso paiz, porque é desmentido pelo que se observa em muitos outros pontos de igual elevação e identicas condições, onde não se repetem os abôrtos, nem se veem anomalias na marcha da gestação.

Não me parece tambem o ar mais excellente para a mulher pejada o das grandes alturas, porque activa demasiado a circulação, e isso póde até certo ponto prejudicar a nutrição de féto; porém, d'ahi a consideral-o quasi tão nocivo como o dos valles e terrenos humidos e profundos, vai muita distancia.

Não aconselharei, portanto, ás senhoras gravidas que vivam em lugares de extraordinaria altura sobre o nivel do mar; porém não ouso prohibir-lhes as pequenas excursões, e passeios ou moradas temporarias por sitios que reunam condições mais ou menos parecidas com as que deixámos mencionadas.

Nesse caso acham-se Petropolis e Theresopolis, — servindo perfeitamente a primeira para moradia das senhoras em estado interessante, — a segunda, para passeio e excursões.

Na cathegoria das localidades corrompidas pela atmosphera, contam-se os lugares pantanosos, aquelles em que reinam as febres intermittentes e paludosas. A acção d'essas atmospheras, viciadas não pela perversão de seus elementos constitutivos, mas pela suspensão de miasmas, exerce indirectamente sua malefica influencia na criança por intermedio da mãi.

Não temos certeza se o feto dentro do claustro materno póde soffrer o impaludismo, contrahido directamente ; é possivel que assim aconteça, como succede com as febres eruptivas, que as affecta ás vezes sem que d'ellas participe a mãe : porém não está sufficientemente comprovado. O que não admitte dúvida, depois das observações de Hoffmann, Russel, Simpson e outros, é que o feto póde ter febre intermittente, e todos os phenomenos proprios do impaludismo, desde que a mãe soffra do mesmo mal.

E isso dá-se por modo tal que o médico — ainda o menos experimentado — reco-

nhece distinctamente no feto, se este acha-se já desenvolvido (do quinto mez em diante, principalmente), os symptomas do accesso, que — de ordinario — coincide com o da mãe.

Tratei uma senhora que, por espaço de cinco dias, sentia — á hora certa — um tremôr no ventre, sem que pudesse explicar a causa de tão extravagante phenomeno. Estava gravida de 7 1/2 mezes. Attribuia — ora a gazes intestinaes, ora á compressão do figado sobre as visceras. Morava na Queimada, Freguezia de Irajá, notavel pelos seus charcos. Começára o verão, e tinham irrompido — depois de chuvas torrenciaes — as febres que visitam estas paragens quando os raios perpendiculares do sol começam seu trabalho de ebullição. Nem um symptoma apresentava a mãe pelo qual se podesse suspeitar que padecia de febre intermittente. A medicação mais racional e energica tinha sido empregada, sem que a doente apresentasse melhoras.

Ministrado o sulfato de quinino, os tremôres pareceram ceder ao quarto dia para voltar de novo nos sexto e decimo, cessando afinal a grandes dóses de valerianato d'esse mesmo sal.

Abandonada aos proprios recursos, esta

criança — que nascêra icterica e por muito tempo d'esse modo se conservára — veio a fallecer — aos dous annos e meio — de hepatite suppurada.

Citam-se tambem casos, e não muito raros, em que — depois do nascimento — continuou a criança apresentando os symptomas da intermittente que contrahira no ventre materno.

Estes factos indicam que — desde já — considerâmos fatal para a criança a estada da mãe nos lugares pantanosos: visto como achando-se exposta ás consequencias da infecção, o está do mesmo modo á morte.

Quanto á mãe, não nos será preciso grande esfôrço para fazer comprehender o quanto póde prejudical-a si contrahir uma intermittente, ainda em sua fórma mais benigna; e quantos não serão os perigos a que se aventure si não fôr já a intermittente simples e benigna, mas um impaludismo serio e complicado o que desenvolve n'ella a acção do miasma? Attendendo a estas razões, e pelo perigo que correm mãe e filho, deve a mulher afastar-se dos lugares viciados; e, si — por infelicidade — fôr obrigada a viver n'elles, abandonal-os-ha ao menos durante a gestação, para evitar em parte o mal futuro.

A mulher no estado interessante evitará tambem — tanto quanto lhe seja possivel — as mudanças bruscas de temperatura ; e, já que não póde fugir ás passagens devidas á alternativa natural das estações, sobretudo nos paizes em que a atmosphera é muito variavel, cohiba-se ao menos das que dependem principalmente do modo de conduzir-se. Estar em casa, no inverno, abafada e n'uma temperatura um pouco alta, empregando para esse fim capas, capotes, mantas, cachenés, e cobertas de lã e algodão, é inquestionavelmente muito agradavel, e por si só não póde esse meio prejudicar a ninguem, porém traz comsigo a impossibilidade de não deixar sahir á rua de chofre, nem expôr-se ao ar sem certas cautelas. A primeira é abster-se de fazêl-o quando o tempo ameaça chuva, está humido e cahe sereno, garôa, e o chão se acha molhado de neblina. A segunda, supprir com o agasalho o calôr que indubitavelmente lhe faltará desde que transponha a porta da rua, limitando-o — especialmente — aos pés, peito e costas; e talvez ao pescôço, e ventre, não sendo tão nociva a acção do frio moderado do nosso paiz em as outras partes do côrpo, como as faces, as mãos, os braços e as pernas, que devem — ao contrário —

para gozar certo viço — manter-se ao ar.
As mudanças de temperatura são mais perniciosas no verão. E' muito commum em nosso paiz, nos dias de grande calôr, despir-se uma senhora logo ao chegar á casa, e procurar no ponto mais fresco, na varanda, á janella, ou sobre a palhinha do seu sofá, grato allivio á excitação causada pelo passeio.

Máo e censuravel costume, que traz comsigo longa serie de catarrhos, rheumatismos, etc.; e se por acaso trata-se de uma senhora tal como aqui estudâmos, o perigo sóbe de ponto porque — de um lado — expõe o féto a todas as eventualidades do resfriamento repentino, — de outro, expõe-se a hemorrhagias, congestões intensas e abôrtos, que são os resultados mais frequentes dessa imprudencia. O melhor é, quando suada, depois de algum repouso, mudar então as roupas com todas as cautelas, de modo a evitar subito resfriamento; e, em vez de affrontar uma corrente de ar fresco, procurar com toda a prudencia, n'um canto do seu aposento, o lugar mais conveniente para descansar o côrpo, e refazer-se da fadiga.

Acode-me n'este ponto uma das causas de resfriamento que não deve ser deslembrada, pela sua frequencia. E' levantarem-se da cama, as senhoras, e umas por desmazêlo,

outras por ignorancia, pôr os pés no chão, a despeito das recommendações d'aquelles que por ellas se interessam. A quantos males não as expõe semelhante imprudencia!

Identicas precauções deve tomar a pejada nos lugares em que — pela agglomeração de pessôas, luzes, e outras circumstancias especiaes — estiver a temperatura muito elevada; tendo o cuidado de não sahir repentinamente para a rua, quintal, ou terraço, e não estar parada nos lugares em que o ar circule com certa violencia. Taes precauções preservam sempre de muitas desordens mais ou menos sérias que a impressão de uma atmosphera relativamente baixa possa produzir, principalmente nas occasiões em que a pelle está por demais susceptivel.

Não convém ás pejadas o ar que se respira em lugares de grandes reuniões, como nas festas de igreja, nos theatros, bailes. etc.

Com relação ás igrejas basta que evite as festividades que trazem agglomeração de pessôas; quanto ao mais, longe de fazer acreditar que é prejudicial á mulher sua presença nos actos religiosos, os aconselhâmos ao contrário fervorosamente, não vendo no ar que se respira na igreja — á missa — circumstancia alguma nociva.

O mesmo não acontece nas salas de es-

pectaculos publicos, onde constantemente o ar se acha viciado e rarefeito, não podendo por esse motivo ser favoravel á mãe nem ao féto.

Prescindâmos — por emquanto — das molestias que comsigo acarreta o passar as noites sem dormir; prescindâmos ainda da influencia que sobre o moral da mulher exercem certos e determinados espectaculos demasiadamente commovedores, com os quaes nos occuparemos adiante; e tratando tão sómente dos caracteres da atmosphera de taes reuniões, estabeleçâmos desde já, como principio, que não convém de modo algum á senhora pejada frequental-as. Isto não quer dizer que se escravise a uma prohibição absoluta, abandonando completamente os divertimentos publicos; bem longe d'isso, julgâmol-os necessarios até certo ponto: as distracções dramaticas são salutares desde que se tenha o cuidado de escolher espectaculos capazes de alegrar o espirito, mas não affligil-o nem atormental-o, o que ella não fará — comtudo — amiudadamente, mas com prudencia, e tomando as devidas cautelas para evitar — á sahida — a mudança brusca de temperatura.

Tratando do ar atmospherico e de sua influencia na mulher pejada, não podemos

esquecer as epidemias. E' sabido que quando ellas irrompem, não valem conselhos nem prevenções, que o mêdo é quem domina, só a elle se ouve e se obedece, e — regra geral — todos fogem ou procuram fugir do lugar infectado, acreditando, e com alguma razão, que é esse o melhor modo de escapar á morte.

Sem intenção de augmentar o terrôr que sempre reina n'essas occasiões, mas com o fim de accentuar todos os perigos que corre a mulher gravida e o filho, cumpre confessar que — nas epidemias — ha o maior risco para ambos; raramente um delles — ao menos — não é ferido pelo mal, se a mãe — em tempo — não evita o contagio.

Para basear esta asserção offerece-nos a historia mais de um exemplo. Na peste de 542, flagello que se estendêo a toda a Europa, morreram em Constantinopla todas as mulheres pejadas; na Polonia, por occasião do cholera, em 1852, succumbiram muitas mulheres pejadas, e — as que não falleceram — abôrtaram; em Barcelona, quando grassou a febre amarella, no anno de 1821, soffrêo com a invasão a maior parte das pejadas, sendo notabilissima a proporção dos casos de morte; e, na recente

de 1870, a mesma coincidencia se dêo, sendo muitas as mulheres que falleceram e as que abôrtaram, ou deram á luz prematuramente, sôb a fatal influencia da epidemia, ainda mesmo sem serem atacadas, e algumas quando apenas feridas dos primeiros symptomas.

Entre nós, nas benignas mas repetidas epidemias que nos assaltam, o mesmo phenomeno se observa : ahi estão as estatisticas para confirmal-o ; principalmente durante as visitas da variola.

Quer isto dizer : se a mulher deseja evitar os perigos que correm tanto a sua existencia como a do filho nas épocas epidemicas, abandone immediatamente o ponto infectado. Por menos que lhe permittam as circumstancias, e ainda mesmo tendo grandes sacrificios a arrostar, sempre pequenos ante os interesses da maternidade, deve afastar-se, e procurar nos lugares sãos e ao abrigo tanto quanto possivel das invasões da epidemia, as garantias de salvação para si e para a criança.

Póde — não obstante — acontecer que a impossibilidade absoluta de afastar-se, conserve a mulher no fóco da epidemia, expôndo-se d'esse modo aos azares da vida. Para tão tristes eventualidades lembrarei

algumas providencias que suavisarão sua dolorosa contingencia.

O primeiro cuidado é o de manter a mais completa tranquillidade de espirito; e para isso nada ha de melhor do que não impressionar-se absolutamente com cousa alguma que tenha relação com a epidemia. Viver no maior isolamento possivel, nada perguntar, e quando — em sua presença— se fallar das occurrencias que affectam os animos, desviar a conversação ou retirar-se, que — com segurança — aproveitará, e muito.

Em segundo lugar, observar —mais do que nunca— os preceitos hygienicos no maior rigôr possivel, especialmente os referentes ao regimen alimenticio, e á reparação do ar puro, que a mulher procurará de preferencia nos passeios por lugares afastados dos fócos epidemicos. Deliberação sobre a qual a esclarecerá o médico, conhecedor — a um tempo — da epidemia reinante e da topographia do paiz.

Não desprezará os pequenos symptomas que muitas vezes são os precursores da enfermidade, e que tratados convenientemente segundo a indole da epidemia, é possivel que se reduzam a simples e ligeira indispo-

sição, não produzindo resultado algum desagradavel.

Terá sempre na lembrança o antigo principio em materia de epidemia : o medo faz tantas victimas como o proprio mal.

Cumpre, porém, não ostentar valentia e despreoccuppação a ponto de commetter temeridades imprudentes, cujas consequencias raras vezes deixam de fazer mais uma victima, que talvez não fizesse se fôssem ouvidos em tempo os conselhos da prudencia, oppondo o conveniente correctivo aos primeiros insultos do contagio.

Ha uma affecção que reina ás vezes epidemicamente, para a qual se conhece um meio prophylactico evidente. Refiro-me á variola, vulgarmente chamada *bexigas*, perfeita e racionalmente preservada por meio da vaccina.

A variola, naquelles casos, tem manifesta predilecção pelas pejadas, e ataca-as por tal modo que — quando não morrem — raramente deixam de abortar.

Vem aqui ao ponto uma questão : deve-se vaccinar a mulher pejada ? não haverá nisso perigo ?

Quanto a mim respondo de modo absoluto : a mulher pejada, desde que irrompe uma epidemia de variola, não só *póde* como

deve vaccinar-se, ainda mesmo já o sendo, a menos que a inoculação seja recente.

A experiencia tem demonstrado que a vaccinação em semelhantes condições nunca produzio resultados perniciosos á saúde das vaccinadas, nem occasiona por si mesma o abôrto, e que — a essas vantagens — reune a de preserval-as efficazmente da invasão da variola. Além d'isso observou-se repetidamente que a revaccinação offerece mais resultados positivos nas mulheres pejadas do que nas que não o estão, levando em linha de conta a igualdade das demais condições geraes, de idade, época da primeira vaccinação, etc. ; e esse facto — por si só — nos convence da necessidade de practicar-se a vaccina, quando receia-se a influencia de uma epidemia variolosa.

O *vestuario* tambem merece muito a attenção do hygienista, principalmente quando se trata da pejada.

Estabeleçâmos desde já um principio, que póde não agradar áquellas para quem escrevemos, embora mais tarde nos agradeçam a linguagem franca e sincera da sciencia, em nome da qual lhes fallâmos, convencidas de que velâmos pelo seu bem estar.

No estado de gestação, a mulher deve

sacrificar todos os caprichos da moda, á conservação de sua saúde e da do filho. Este principio é absoluto. Nem o receio de passar por baldo de gôsto, nem as exigencias da alta sociedade, e muito menos as chamadas leis do bom tom, poderão legitimar o uso de certos accessorios e enfeites, ou o feitio especial de vestuarios que mais ou menos directamente embaraçam o desenvolvimento do féto, ou alteram as fórmas da mãe, sobretudo em orgãos e regiões destinadas a desempenhar importante papel na physiologia da geração.

A mãe pertence n'essas occasiões á si e ao filho, — nada tem que vêr com a moda nem com o bom tom ; basta-lhe ser escrava de ambos durante a maior parte de sua vida ; sacuda o seo jugo ao menos durante esse periodo, relativamente curto, porém muito importante, em o qual as menores particularidades de sua existencia, os pormenores mais insignificantes devem caminhar pura e exclusivamente de maneira a facilitar o têrmo feliz do trabalho maravilhoso que se está realisando dentro do seo organismo.

A primeira condição dos vestuarios das senhoras quando gravidas, é que sejam largos e folgados, para não comprimir

região alguma do côrpo, especialmente os peitos e o ventre.

Geralmente, a maior parte das roupas das senhoras, especialmente a roupa branca, isto é, a de trajar por baixo do vestido, prende-se em tôrno da cintura, tendo por unico apôio a ligeira e graciosa depressão das cadeiras, sendo preciso conserval-as um pouco apertadas, e — ás vezes muito — para que não escorreguem e caiam.

No estado ordinario, quando a compressão não é exagerada, nem um ou quasi nem um inconveniente ha n'isso, mórmente se a mulher — além de bem conformada — habituou-se a andar assim depois que o côrpo adquirio o necessario desenvolvimento; no estado de gestação, porém, o caso é muito differente, podendo occasionar serios embaraços.

E' sabido que — á medida que a prenhez se adianta — o côrpo arredonda-se, desapparecendo gradualmente o vasio que de ordinario fórma a cintura, e o ventre avoluma-se e cresce apresentando em pouco tempo uma proeminencia maior que a das cadeiras; d'onde resulta que, deixando estas de servirem de apoio ás roupas, a barriga,

ou antes, a madre carrega com todo pêso das mesmas roupas. Se ellas são leves, como as que se usam ordinariamente no verão, o incommodo não é muito grande; porém, quando pesam um pouco mais, por exigencia do agasalho, n'este caso o utero é impellido para baixo, podendo então dar-se algumas mudanças de posição d'este orgão, e assim originar enfermidades mais ou menos sérias, exclusivamente devidas a essa constricção contínua da roupa, exercida n'um sentido diametralmente oppôsto á direcção que o utero tem no seu desenvolvimento.

E' tambem possivel que certas apresentações viciosas do féto, como as transversaes, que não só tornam difficil como compromettem o parto, pôndo em risco a mãe e o filho, e muitas vezes occasionando a morte de um dos dous, ou de ambos, sejam devidas ao pêso da roupa, que — obstando o crescimento do utero para cima — obriguem o féto a tomar uma posição que melhor se ageite á fórma semi-achatada que n'essa occasião tem aquelle orgão.

E estes factos facilmente se comprehendem, considerando-se que não é pequeno, nem de pouca monta o pêso que representam as roupas que as senhoras trazem pendentes da cintura; pêso esse que carrega

quasi exclusivamente sobre o fundo do utero, cuja acção não é tão passageira, porque é constante, de todos os dias, de todas as horas, de todos os momentos, excepção feita do tempo consagrado ao somno ; e — ainda assim — muitas ha que dormem com a saia ou camisola atadas á cinta ; circumstancias mais que sufficientes para actuar de modo muito sensivel e accentuado sobre esse orgão que está como que fluctuante na cavidade do abdomen, sem pontos de apôio resistentes e invariaveis, tendo por conseguinte muita facilidade de inclinar-se para adiante, de pouco lhe valendo a tensão das parêdes abdominaes, que manteem principalmente o utero em sua posição.

Provavelmente estas razões de tão subido quilate é que levaram os antigos a encarar com toda a seriedade a questão, ordenando um legislador romano que as matronas, quando pejadas, se despojassem do cinturão que geralmente traziam muito apertado na parte superior do ventre, sendo aliás n'esse adôrno em que mais rivalisava a riqueza com a elegancia. Abandonavam-n'o desde os primeiros tempos da gestação, e — até darem á luz — apenas usavam de tunicas fluctuantes, que — não só não comprimiam de modo directo região alguma do côrpo —

como tambem — gravitando sobre os hombros — libertavam a cintura e o ventre do pêso que produzem as vestes que sómente se prendem a essas partes do côrpo.

Aquelle pôvo que ligava a maxima importancia aos preceitos hygienicos, no intuito de transmittir á sua prole fôrça e vigôr, não esquecia os mais pequenos detalhes, que hoje qualificâmos de nimios e importunos, sem dúvida porque a sociedade moderna tem por mais frivolo o cuidado da saúde e a conservação dos individuos, do que as exigencias de uma moda insulsa, ou as leis de um habito pernicioso.

Quando inventam as modas, os auctores não attendem nem ao clima, nem á indole dos povos que as adoptarão, e muito menos ás molestias especiaes dos differentes paizes e os orgãos que de preferencia affectam. Quer venham da França, da Allemanha ou da Belgica, as aceitâmos taes como as importâmos ; e — o que mais ainda — não só nos moldâmos aos caprichos do feitio por mais extravagante que seja, como usâmos os tecidos mais extemporaneos e inaclimaveis. De taes disparates resulta que: nem se adaptam ao clima, nem ao individuo de cada paiz.

Na Europa, por exemplo, o figado — in-

versamente do que se dá entre nós — é um orgão que se conserva indemne em quasi todas as enfermidades geraes. A abolição dos suspensorios passou desapercebida, lá; mas aqui não acontece outro tanto. Compromettido sempre por diversas causas que actuam em tôrno de nós, muito mais acertado andaram os nossos avós quando — com as calças prêsas aos hombros — deixavam em liberdade o ventre, e por conseguinte os orgãos que nelle se contém, dentro das largas calças de alçapão. Quanto não eram elles mais felizes! Trajados sempre de linho, ou algodão, mantinham o côrpo fresco, sem a constante transpiração que a lã — mais que qualquer outro tecido — excita, tornando a pelle menos susceptivel, e — portanto — menos apta para as molestias que teem a sua origem na suppressão do suôr.

Nem os dartros apresentavam tanta preferencia, nem se mantinham tão pertinazmente no pente e nas côxas, senão depois que as casimiras espancaram de vez o excellente brim de Angola.

Quando a temperatura descia, era o algodão, e não a lã, que os abrigava.

Fatal espirito de imitação!

Sahindo do dominio das roupas e dos

tecidos, deparâmos com os tectos das casas forrados de madeira ou estuque. Outro disparate, que — felizmente — ainda não invadio as casas da roça. D'esses covis sahe a infinidade de cardiacos que pagam todos os annos á morte o mais espantôso tributo !

Nos corredôres e alcôvas, verdadeiros alçços armados á já debil natureza de nossas patricias, geram-se as pneumonias e as tisicas, flagellos mais temiveis que o cholera e a febre amarella, porque fazem victimas todos os dias, sem que a mão do médico lhes possa deter a impetuosa marcha.

Retrocedendo, sabemos que — no inverno — um pouco mais rigôroso nas provincias do sul,é preciso usar roupas encôrpadas que preservem do frio, sendo então costume vestirem-se as senhoras de saias mais ou menos grossas, sobresaias ou saiotes de baieta, o que difficilmente pódem tolerar pelo muito que pésam sobre o ventre.

Esse inconveniente remove-se sem esfôrço trocando os trajes usuaes por outros mais adequados áquelle estado ; d'esse modo, por exemplo, as calças que as pêjadas usam para preservar do ar e da humidade as partes genitaes e o baixo-ventre, devem

ser de flanella, que é quanto basta ao nosso clima ; e — para que ainda assim não incommodem—prendem-se com botões, ábaixo do joêlho, mas sempre de modo que não apertem, e deixem o sangue circular livremente ; emcima, atam-se á cintura por meio de uma facha bem larga, que se adapte ao abdomen e ás cadeiras, perfeitamente abrigados sem supportar pêso algum, bem como as côxas, prescindindo-se em tal caso do saiote.

As saias pódem tambem ser leves, atando-as frouxamente em tôrno da cintura. Para evitar que pésem ou caiam, póde-se mantêl-as no lugar por meio de suspensorios, ou — melhor ainda — abotôando-se ao côrpete, com o que se evita perfeitamente a pressão sobre o ventre, sem prejudicar o agasalho.

O vestido, propriamente dito, deve estar o mais frouxo possivel ; a camisola, chamada *preguiçosa,* feliz imitação das antigas tunicas, é o traje classico das pêjadas, pois—abrigando-as convenientemente—não destôa do uso commum em nossos tempos porque é sempre moda; póde ser conchegada á cintura principalmente na parte posterior, por meio de franzido ou atilhos; — n'uma palavra, preenche os fins hygienicos de ac-

côrdo com o bom gôsto, sendo até compativel com a riqueza e elegancia, porque as ha de luxo e prêço pelos entremeios e custosas rendas que as guarnecem.

Todavia, serei franco, ha certa repugnancia da parte das senhoras em usar das camisolas, e esse escrupulo nos parece até certo ponto justificavel.

A tolerancia desceo — entre nós — a um gráo tal que as mulheres de má vida, e — infelizmente — as da camada inferior, apresentam-se ostensivamente com esse traje á janella, por ser justamente o que lhes parece indicar mais claramente a desenvoltura de seus costumes.

Lembrâmos n'esse caso sua substituição pelos casacos, que podem de alguma forma ser modificados ; e — ainda — pelos casacos e saias que — permittindo a liberdade interna — conservam toda a decencia externa.

Os vestidos nesgados e justos ao côrpo, sobre serem indecentes, cumpre que sejam banidos pelas pêjadas, Por demasiado obvios, deixâmos de consignar os motivos.

Occupemo-nos agora de um dos accessorios da toilette que mais controversias tem soffrido em todos os tempos : o *espartilho*.

Felizmente, não se póde repetir hoje—em

absoluto—do espartilho, o que com muita razão se dizia outr'ora. Os progressos da industria por um lado, e por outro o gôsto artistico das modistas, conseguiram o que debalde se esfôrçaram por alcançar durante muitos annos os hygienistas com seus conselhos, os medicos com seus fatidicos prognosticos, e até—no pulpito—os sacerdotes, e os monarchas em suas leis [1], sendo sempre debalde tudo quanto se tentou para desterrar o espartilho, ou—quando menos—para modificar-lhe a forma de tal sorte que acarretasse ao côrpo menos damnos.

E' verdade que até bem pouco tempo o espartilho era uma especie de couraça feita de téla excessivamente forte, grossa, aspera, inextensivel, que — começando da parte superior do peito—descia até muito ábaixo do ventre; e — como se não fôsse isso bastante — refôrçado com uma infinidade de barbatanas; adiante, uma resistente chapa de metal obrigava o côrpo á mais energica pressão por meio de um atacador collocado nas costas; não podendo por esse modo orgão algum escapar á acção compressiva de tão brutal machinismo.

[1] José II da Austria prohibio, no seculo passado, o uso do espartilho em todos seus dominios.

Os seios eram tão fortemente comprimidos, que chegavam a perder o bico, e — em alguns casos — a atrophiar a glandula; as falsas costellas, e até mesmo as ultimas verdadeiras, soffriam não menor compressão com o fim de apurar o talhe. E, quando a moda o exigia, reduzia-se a cintura á inverosimil delgadeza de ser abarcada com as duas mãos, sem se reflectir que orgãos tão importantes como o estomago, figado e baço soffriam n'esse estado tal apêrto que quasi embaraçava-os de funccionar.

E' inutil accrescentar que, habituada a mulher dêsde a mais tenra idade a essa tortura, adquiria facilmente o que ainda hoje se chama um *talhe esbelto e elegante*; porém a taes padecimentos se comdemnava, e tão profunda modificação soffria o seu organismo,que não poucas vezes a medicina lamentou a exiguidade de seus recursos ante enfermidades geradas por esse systema brutal de maltratar o côrpo.

Os espartilhos modernos estão muito modificados. Feitos de tecido macio e elastico, — menos tensivos do que os antigos, uma ou outra barbatanasinha perfeitamente invaginada e acolchôada para não castigar as carnes, — duas finas, estreitas e flexiveis tiras de metal constituem seo unico refôrço

anterior, adaptando-se ao côrpo por meio de um atacador que não pode — de modo algum — exercer tanta pressão, ainda mesmo quando quizessem tental-a, pela pouca resistencia que offerece. Em vez de subir até a parte mais elevada do peito, chegam apenas á altura dos seios, aos quaes mantém, sem apertar; e comprimem muito brandamente o ventre, acompanhando-o em todas suas formas por meio de umas abasinhas convenientemente collocadas. Este espartilho, que bem merece o nome do *collête*, deste modo feito, não se o apertando demasiado, preenche perfeitamente o seo fim, visto como vigora o talhe, sustém os seios, servindo ao mesmo tempo de ponto de apoio ás outras peças do vestuario.

O antigo systema que — por infelicidade — não está ainda de todo banido, principalmente pelas senhoras gôrdas, nas quaes o ventre — desenvolvendo-se exageradamente — faz-se preciso reduzil-o por qualquer fórma, deve proscrevêl-o em absoluto a pêjada; quanto ao moderno, não acontece o mesmo. Se está habituada a trazêl-o, e o talhe resente-se da sua falta, sobretudo quando anda, póde usal-o sem inconveniente nos primeiros trez mezes de gravidez, tendo apenas o cuidado de não

apertal-o, e que os seios — avultando-se desde os primeiros mezes — fiquem folgados e suavemente sustidos pela cavidade que fórma a parte superior e anterior do collête. Do quarto mez em diante, elle já incommoda um pouco pelo desenvolvimento do abdomen que começa a ser occupado pela madre, devendo por esse motivo ser supprimido, substituindo-o um cinturão flexivel que não opprima o ventre, e tenha a parte superior preparada — como a do espartilho — de maneira a suster os seios; especie de corpête, que se prenda á cinta por meio de fivelas, e do qual devem desterrar-se as barbatanas e chapas de metal.

Mais para diante, isto é, depois do sexto mez, se por ventura o crescimento do ventre incommoda, e o pêso do utero embaraça o andar, usará então a pêjada de uma facha-suspensorio. Ao passo que mantem perfeitamente o utero, esse apparêlho comprime um poucochinho as cadeiras, facilitando por esse modo o movimento das pernas e auxiliando ao mesmo tempo a acção muscular, e sendo muitas vezes bastante para decrescer as dôres lombares, que tanto atormentam as recem-casadas durante a gestação.

Estas fachas fazem-se ás vezes de um tecido de gomma elastica, que — comquanto

seja macia — tem o inconveniente de desenvolver muito calôr na pelle, tornando-se por isso intoleraveis no verão. As de algodão são as apropriadas para todas as estações.

Do mesmo modo condemnâmos os modernissimos collêtes, cujas abas largas de elastico embaraçam sensivelmente o crescimento do ventre, exercendo nociva compressão sobre o utero. Tanto elles apertam, que as senhoras — muito tempo depois de os despirem — ainda conservam os signaes perfeitamente distinctos da disposição do trama; provocando — alem disso — uma coceira sempre desagradavel pelas escoriações que produz.

Como meio que contribue para favorecer o desenvolvimento dos seios e dar-lhes condições proprias para o aleitamento, aconselha-se o uso — durante a prenhez — das *biqueiras,* especie de cone ou chapelêta de diversas substancias, que preservam o seio da pressão da roupa, e facilitam a sahida do bico. Grande parte d'estes pequenos apparêlhos têm um inconveniente: seo uso prolongado sobre a pelle, amollece-a, predispondo-a mais tarde á fendas; esta consequencia por si só basta para tornar inadmissiveis as biqueiras, principalmente as

de gutta-percha, sendo — em ultimo caso — aceitaveis as de buxo ou de metal, comtanto que sejam o menos espêssas possivel.

Para prevenir esse amollecimento da pelle, será proveitoso friccionar o vertice de seio, isto é, a parte que comprehende bico e areola, com liquidos estimulantes, taes como vinho aromatico, aguardente, ágoa do mar, ou mesmo a ágoa salgada em casa ; etc.

A meu vêr é preferivel a ágoa de Colonia, ou mesmo a ágoa Florida legitima. Friccionando durante a segunda metade da prenhez (do 5° mez em diante), todas as vezes que se vestir ou despir, e ao deitar, como dispõe de mais tempo, collocará a recem-casada sobre o bico do peito algodão em rama embebido na ágoa aromatica.

Antepônho este meio a qualquer outro; mas, desde que a mulher tenha os seios bem conformados, não ha necessidade alguma das taes biqueiras, tomando apenas as devidas cautélas para que a roupa não lh'os comprima.

Nas primiparas o bico do seio está ás vezes occulto; n'esse caso o melhor meio para facilitar-lhe a sahida é a sucção moderada de todos os dias, quer pelo proprio

marido, quer por um cachôrrinho de mama; ou mesmo empregando uma pequena bomba, cujo tubo se adapte á extremidade perfurada de uma biqueira.

Insisto, comtudo, em aconselhar ás senhoras que não abusem destes meios, os quaes — além de tudo — poucas vezes são realmente necessarios : a natureza tem mil recursos para corrigir essas pequenas faltas, e todos os dias vêmos mulheres que chegam ao têrmo da gestação sem vestigios sequer do bico do peito, e — não obstante — basta o primeiro sugar da criança para fazêl-o apparecer como por encanto.

Verdade é que para isso cumpre á recemparida entregar desde logo o peito á criança, antes que se verifique a vulgarmente chamada subida do leite ; uma vez sobrevindo ella, é muito possivel que a criança não possa mais achar o bico e venha a soffrer todas as molestias e incommodos consequentes.

Em resumo, importa antes de tudo acautelar a totalidade do peito, o que se consegue por meio do corpinho apropriado, fortificando-se ao mesmo tempo a pelle da aréola, com as fricções indicadas.

A maior parte das mães, principalmente ainda jovens, aspirando ter abundancia de

leite sem prejuizo da belleza dos seios, tomam durante a gravidez certos medicamentos.

E a ganancia que por toda a parte tudo invade, não deslembrou esse ramo especial da charlatanice, por isso todos os dias vêmos preconisados em pomposos annuncios pós, xaropes, e confeitos, que teem a maravilhosa virtude de desenvolver a secrecção lactea depois do parto, proteger a delicada cutis, que envolve os seios contra a infinidada de causas que a irritam, gastam, ou produzem os duradouros e penosos enfartes que tanto affligem as mães.

Não se deixem enganar. Diga o que quizer o charlatanismo com a sua insinuante e seductora phraseologia, adorne-se ainda mesmo, como muitas vezes acontece, com immerecidos titulos academicos, não ha substancia medicamentosa alguma na qual se reconheça scientificamente simelhante propriedade. A pharmacopéa possue algumas, que manteem e activam a secreção do leite depois de estabelecida a corrente, continuando estimulada pelo sugar da criança; porém, ainda neste caso é um tanto duvidoso pois muitas deixam de produzir o desejado effeito; portanto, não se deve confiar muito em taes meios, e muito menos exaltal-os

como panacéa. Isto importa dizer a abundancia da secreção não depende desses especificos, mas sim da fiel observancia dos preceitos hygienicos que deixámos consignados.

Ao que dissemos com relação á roupa em geral, cumpre ainda accrescentar outros cuidados do toucador que teem por fim conservar as graças naturaes, dom preciôso que a mulher nunca deve esquecer.

A hygiene não póde oppôr-se a elles, desde que se limitem á proporcionar a necessaria limpeza ao côrpo, á manter em bom estado a pelle e as funcções que lhe são proprias, assim como conservar a belleza do cabello, um dos adornos naturaes que a mulher mais deve prezar; sem que no emtanto lance mão d'essa longa serie de cosmeticos, que mais ou menos alteram a cutis, ou produzem mesmo certas molestias por absorpção dos principios toxicos que elles conteem.

Acham-se n'este caso as tintas que empregam para alvejar, ou colorir a cutis; as tinturas para o cabello, e outras frioleiras que constituem os *segrêdos do toucador.*

Deve abster-se de todas essas cousas a mulher pejada, cuja natureza é tão susceptivel que até repelle os cheiros quando

um pouco mais activos, repugnancia que demonstra—só por si—o inconveniente de —n'essas occasiões—lisongear o olfato, com perfumes, os quaes—quando menos—teem o inconveniente de excitar o systema nervôso.

3º Os BANHOS formam outro ponto á respeito do qual convem esclarecer as pejadas.

Regra geral ; os banhos não prejudicam; antes—pelo contrário—favorecem a marcha da gestação, quando não existem condições individuaes que mais ou menos directamente os contraindiquem.

Cumpre, porém, ter sempre na lembrança a natureza do banho, e a época da prenhez.

A mulher que tem o habito de lavar-se todos os dias, quer tomando banhos geraes mórnos ou tépidos, quer fazendo abluções frias em todo o côrpo ao levantar-se, póde continual-os sem inconveniente todas as vezes que se achar gravida. Os banhos mórnos, que entre nós teem indisputaveis vantagens sobre qualquer outro, quanto á saude e limpeza da pelle, dão magnificos resultados nas senhoras irritaveis e nervosas, sendo além d'isso o melhor meio de combater as colicas e os espasmos que tanto as affligem no começo da gestação. Os banhos frios, que se vão generalisando, não lhes

negâmos utilidade por preservar a pelle da impressão dos agentes atmosphericos, podendo por esse motivo serem tembem usados quando a pejada já esteja affeita á elles; porém,seria um tanto perigoso experimentar esses banhos e procurar habituar-s eá elles uma senhora que nunca os tiver usado, porque a violenta impressão que produz o contacto da ágoa fria póde actuar energicamente sobre o utero, occasionar certos incommodos, e até—sendo a impressão muito forte—a ameaça de abôrto.

O banho geral môrno abranda a economia, e produz uma tal ou qual relaxação de todos os tecidos que o tornam valiosissimo pela sua rapidez e resultados seguros no tratamento das excitações e insultos congestivos, quando por acaso elles apparecem de modo que as senhoras que cansam ao menor exercicio e se acaloram facilmente encontrarão sempre allivio n'um banho geral môrno, conservando-se nelle de 20 a 25 minutos ; assim como poderão tambem prevenir esses mesmos incommodos banhando-se de quando em vez durante a gestação.

Por isso mesmo que o banho môrno produz esses resultados, não convirá ás senhoras obesas e excessivamente lymphaticas,

nas quaes mais depressa devemos estimular os movimentos organicos do que afrouxal-os.

Todavia, como não convém muitas vezes supprimir de repente um habito, e attendendo a outras razões que não vêm á proposito, os especialistas consentem nos banhos de agua môrna, limitando-os ao primeiro e ultimo mez de gestação ; no principio para diminuir a ligeira excitação nervosa que, ainda mesmo nos temperamentos debeis, quasi nunca deixa de apresentar-se ; no fim para facilitar o afrouxamento suave dos tecidos, que ficam deste modo mais aptos para a dilatação que devem experimentar quando fôr chegada a hora do parto.

Ainda não vão longe os tempos em que fallar de banhos ás pejadas era cousa muito grave, porque os medicos da geração passada consideravam-nos como recursos heroicos de que só lançavam mão nos grandes extremos ; e ao passo que tinham tanta repugnancia em submergir o côrpo da mulher na ágoa receiando alterar a marcha da gestação, abusava-se, póde-se dizer, e com enthusiasmo, da sangria, applicando-a sem reflexão nem criterio, não já como meio de resolver graves questões pathologicas, mas no tratamento das menores incidentes da gravidez.

Hoje, felizmente, tudo está mudado: não se obedece tanto á rotina. O senso commum, no que diz respeito ás questões hygienicas vulgares, firmou-se na base fornecida pelas sciencias de observação, e — graças a isso — já se não vê as senhoras repugnarem os banhos quando o médico os prescreve durante a gestação; e muitas d'ellas, por inspiração propria, continuam durante todo esse estado, o louvavel costume de banhar-se diariamente sem o menor receio, e assim desfructando as vantagens e beneficios de um systema que é pena não generalisar-se, pelo muito que favorece o aceio elemento primario da hygiene.

E' frequentissimo as pejadas consultarem se pódem tomar banhos de mar, na estação propria, não como remedio precisamente, mas por simples gôsto ou habito anteriormente adquirido.

O banho de mar, pelo facto de reunir os caracteres de frio e tonico, não deve prejudicar na maioria dos casos; mas tem, para as pejadas, um inconveniente que influe em nosso espirito tanto quanto basta para negar-lhes o nosso assentimento.

Tomado na praia, como ordinariamente acontece, o banho dá occasião a impressões violentas; o embate das ondas que se que-

bram de encontro ao côrpo, a resistencia que é preciso oppôr para dominal-as e manter-se firme n'ágoa ; as emoções que pódem nascer ora do proprio perigo ora do alheio pelo interesse que sempre se toma pelas companheiras ; a possibilidade de vêr-se envolvida pelas ondas quando menos se espera, o abalo que as senhoras sentem quando isso acontece, são todos factos muito frequentes, que se passam incolumes formando até parte das condições que mais devemos desejar para qualquer outra pessôa, constituindo — porém — verdadeiros perigos para a pejada que por nenhum modo deve sujeitar-se a taes emoções.

Se já existe o habito de banhar-se no mar, e preside esse habito formal tenção de modificar um estado geral ou diathesico, pode-se perfeitamente substituir, durante a gestação, o banho no mar pelo banho de ágoa salgada, em baixa temperatura, tomado em casa, não se demorando nelle mais de quinze minutos. E procurando, não desprezem este conselho, nesse mesmo banho fazer algum exercicio moderado para tolerar melhor a impressão da ágoa, cuja temperatura, não obstante, não deve ser menos, regra geral, de 28° centigrados.

Os pediluvios não são, em rigôr, preju-

diciaes, salvo quando frios ou estimulantes. Podem, portanto, ser tomados por aceio, não esquecendo nunca que serão sempre de muito curta duração, por terem a propriedade de chamar o sangue ás extremidades inferiores, e essa descida do sangue, quando demorada ou fortemente excitada, póde prejudicar o féto.

Por esse e outros motivos é que as senhoras costumadas aos banhos geraes não são constrangidas a modificarem seus habitos : porque, sendo esses banhos inoffensivos, embora tomados diariamente, não póde o médico oppôr-se a elles ; e, como meio de limpeza, é mais completo que os banhos locaes, podendo portanto serem estes supprimidos de vez, visto como o aceio, o pretexto unico que os mantem, fica já supprido por outro meio mais efficaz.

Inutil será accrescentar que, por motivo algum, devem as pejadas tomar pediluvios sinapisados, com cinza, ou outras quaesquer substancias mais ou menos irritantes, no intuito de debellar algumas molestias, como dôres de cabeça, certas nevralgias, e outras ligeiras affecções para cujo tratamento lança-se mão invariavelmente desta especie de revulsão.

Quando tenham de recorrer a esses meios

melhor é applicar banhos quentes nas mãos, ou nos braços, que não apresentam os inconvenientes dos dos pés.

De outras especies de banhos, como o chamado *banho russo*, isto é, de impressões simultaneas de calôr e frio, do de estufa ou de vapôr, dos banhos aromaticos, das irrigações, etc., como meios de tratamento de certas molestias, abstemo-nos de tratar dellas pois são de exclusivo dominio do médico, a quem compete fixar as suas indicações. Occupando-nos exclusivamente da prenhez durante a qual não se trata de curar molestia alguma, mas apenas manter a harmonia e favoravel desenvolvimento das funcções normaes, não podemos ser mais extensos neste assumpto.

Sem evidente necessidade, e essa mesma sanccionada por pessôa perita, a pejada limitar-se-ha ao banho geral do uso commum, conforme acabámos de indicar.

São os que melhor correspondem aos seus fins, dando tom e vigôr a todo o organismo, e corrigindo a impressionabilidade da pelle sem causar perturbações á marcha da gestação.

4° A *alimentação* constitue um dos mais importantes capitulos dos tratados de hygiene: todavia, no caso vertente, talvez

tenha menos importancia do que considerada de modo absoluto.

A regra geral a estabelecer para as pejadas, é que não alterem o seu regimen commum, senão quando forçadas por estados especiaes. Fóra desta emergencia, a mulher póde continuar a alimentar-se como de costume, usando igualmente das mesmas bebidas, sem receio que disso lhe venha embaraço á marcha da gestação.

Comtudo, n'um tratado de hygiene digno de todos os respeitos, aprendi que os alimentos para a pejada devem ser leves, pouco temperados, e de facil digestão, sendo-lhe de rigôr a sobriedade nos primeiros mezes.

O conselho, sem deixar de ser sensato, não tem comtudo o merito da novidade.

A sobriedade é um dos preceitos hygienicos que mais geral applicação tem a todos os individuos, qualquer que seja sua condição, estado social, e época de vida em que se ache ; não constitue simplesmente uma virtude na doutrina moral, é tambem um dever na doutrina hygienica, e ninguem prescinde impunemente d'ella, porque os resultados de intemperança, quando não se fazem sentir de prompto, nem por isso deixam de produzir no organismo desarranjos que mais tarde ou mais cêdo irrom-

pem como tristes consequencias do abuso que se faz das fôrças.

Façâmos, no entanto, desde já uma ligeira rectificação ao absolutismo d'este preceito. A mulher, principalmente brasileira, é já de natureza muito sóbria, exceptuando aquellas que, por falta de senso moral e da conveniente educação, gastam a mocidade na libertinagem: não é para estas que escrevemos. Mas como, por uma dessas inexplicaveis aberrações, a mulher pejada é justamente quando mais parece propensa a afastar-se não só do regimen habitual da comida, como até a precipitar-se na intemperança, por isso mesmo tambem nos occuparemos aqui minuciosamente da questão.

Commummente vê-se uma senhora habituada a certo regimen, mudal-o completamente desde que se sente pejada; desenvolvendo-se o appetite, adquirir um tal ou qual refinamento de gôsto, e exigencias que antes desconhecia.

E' o que se observa principalmente nas moças pertencentes á melhor classe da sociedade, as quaes — criadas com exagerado mimo — e preservadas de todas as más influencias externas, vivendo — como as flôres exoticas e delicadas — mais dos cuidados do

cultivador do que dos alimentos que lhes fornece a natureza.

Nada mais digno de reparo se offerece ao medico observador, do que o contraste que formam essas mesas lautamente servidas, onde se ostentam os mais appetitosos e provocadores manjares, com o fastio de que fazem garbo as meninas elegantes, parecendo antes bellas estatuas de inspirado artista, ali sentadas como simples adôrno, do que creaturas reunidas para satisfazer uma das mais urgentes necessidades da vida physica.

Muda, porém, o aspecto dêsde que o organismo entra em suas novas funcções, e eis que os anjos voltam a ser mortaes, resvalando até pelo prosaico declive da gula.

Devemos — neste caso — armarmo-nos da inquebrantavel autoridade médica, e — em nome de um dos preceitos da grande sciencia, chamar — á sobriedade as interessantes transgressôras da lei hygenica?

Não, certamente; porque na profunda e notavel mudança que soffrem algumas funcções em virtude do estado de gravidez ha uma transformação de necessidades, que não têm outro meio de manifestar-se senão pelos appetites instinctivos.

O exagêro desse appetite é uma necessidade real, ou méro effeito de um capricho?

Opino pelo ultimo na maioria dos casos; tendo sempre em consideração a parte que n'ella se deve attribuir ao que ordinariamente se dá o nome de *desejos;* phenomenos dos quaes a seu turno trataremos mais minuciosamente.

Não se deve portanto ir ao ponto de prohibir á mulher esses pequenos excessos: mórmente quando não produzem desordens no organismo, mas antes o robustecem sôb a influencia de um regimen mais nutritivo e mais apropriado ao estado geral.

Ha ainda um preceito vulgar que não deixaremos em esquecimento. Aconselha-se erroneamente em absoluto o uso de alimentos simples e poucos temperados; mas é uma regra esta que tem muitissimas excepções.

Prescindâmos antes de tudo do grande numero de senhoras que — por circumstancias que escusâmos minudenciar aqui— não têem o direito de escôlha, devendo comer tudo quanto lhes appeteça; além destas, ha primeiramente: mulheres que contrahiram o habito de alimentar-se com comidas pesadas, isto é, substancias succulentas e nutritivas, e muito temperadas; depois, as senhoras de constituição debil, franzinas, de fraquissima resistencia vital e grande pro-

pensão para anemia, perigo que augmentará consideravelmente com a gravidez. Umas e outras devem ser excluidas da regra: as primeiras porque uma brusca mudança as prejudicaria, sobrevindo naturalmente molestias e perturbações mais graves que o proprio inconveniente que se presumio remediar por meio de uma dieta demasiadamente severa. As segundas não só não devem seguir os preceitos indicados, como até nos cumpre aconselhar-lhes o uso de alimentos fortes, da carne bem temperada, e de alguns estimulantes que facilitem a digestão, e dêem ao mesmo tempo maior actividade á circulação.

Do que fica dito conclue-se pois: não se deve e nem é razôavel sujeitar a pejada a um regimen que possa prejudical-a, só pelo simples facto de se achar gravida, o que— por si — não reclama em absoluto mudanças notaveis no regimen alimenticio.

Entre o pôvo é tambem doutrina corrente que as pejadas devem comer por dous, visto como têem de alimentar tambem o filho.

Não ha maior tolice. Nem o féto se mantém dos alimentos que a mãi ingere, nem é preciso que ella faça excessos para proporcionar ao filho a conveniente nutrição;

a natureza dá-lhe para isso outros elementos — desde que ella não esteja muito debilitada ou doente—não tendo assim necessidade de apartar-se do regimen habitual, tanto na quantidade como na qualidade.

Não se julgue, por consequencia, que o disparatado conselho encontre abrigo em principio algum da grande sciencia, e mormente n'aquelles que a physiologia tem como indiscutiveis. Tudo isso não passa de puro preconceito, que póde produzir máos resultados, principalmente quando exagerado.

E' utilissimo ás mulheres gravidas o uso de fructas—e principalmente verduras—para manter o ventre desembaraçado. Na generalidade ha sempre tendencia á prisão do ventre, a qual—além de incommodar muito—prejudica um tanto a marcha da gravidez. Quando esse contratempo torna-se renitente, convém remedial-o por meio de clysteres e banhos de assento mórnos e emollientes; porém, nunca recorrendo aos laxantes que sempre perturbam com a maior facilidade as funcções do apparêlho digestivo, salvo em circumstancias excepcionaes e a conselho de médico, unico competente para julgar de sua opportunidade.

Evitam-se na maioria dos casos esses extrêmos, trocando — nas refeições diarias — os alimentos, ora os animaes pelos vegetaes, ora estes por aquelles ; principalmente quando — além do conveniente exercicio — mais adiante aconselhado como parte hygienica muito necessaria — a pejada não se esquecer do uso de banhos pela fórma já indicada.

Não ha razão para prohibir á pejada comer fructas, a pretexto de indigestas, ou com receio de perturbações no apparêlho gastro-intestinal. Sómente nos casos em que — pelos antecedentes — desconfie a mulher que não póde comêl-as, sobretudo as acidas, sem que determinem colicas, deverá supprimil-as do regimen habitual, porque — realmente — sendo embora util manter o ventre desembaraçado, nem por isso entenda-se que as evacuações devem ser provocadas á custa da integridade funccional ; e os mesmos motivos que nos levaram a prohibir o uso dos purgativos, presidem á recusa das fructas, quando estas — pela idiosyncrasia particular dos individuos — produzem o mesmo effeito que aquelles.

Estabelecer uma tabella para escôlha das fructas, seria tarefa incompativel com o que sabemos relativamente á natureza da pe-

jada. Pervertendo-se-lhe o appetite, ella deixa quasi invariavelmente as fructas doces pelas fortemente acidas ou verdes ; e ainda — entre estas — se inclinará para as intragaveis : o cajá,por exemplo,—a laranja e o tamarindo quando apenas começam a madurar, e até o limão azêdo. A seu tempo nos deteremos n'este ponto, indagando então se o médico deve ou não respeitar esses caprichos do paladar.

Por emquanto, limitemo-nos a aconselhar toda e qualquer fructa bem madura. A laranja, a lima, o limão doce, a manga, o pecêgo, o figo ; a melancia e o melão mesmos, guardadas certas cautelas ; a fructa de conde, o sapoty ; a banana maçã. A goiaba e o araçá têem o inconveniente de prender o ventre. O ananaz, o abacaxy, a uva, o tamarindo, a carambola, o cajú, o jambo amarello, o maracujá, o cambucá, etc., e — entre as que nos chegam da Europa e das provincias e Republicas do sul, a maçã, o marmelo, a pêra, o damasco,etc., podem ser todas comidas sem receio, dêsde que a mulher faça-o na época propria, e comedidamente.

A lima, o limão doce, a carambola, são até magnificos refrigerantes e diureticos ; o cambucá é uma geléa natural ; a uva, des-

pida do seu involucro, é uma especie de vinho em pilulas : aconselho-as muitas vezes na minha clinica.

Não se prohibirá tambem o uso do leite áquellas pejadas que tiverem o habito de tomal-o principalmente de manhã, recentemente mungido,—ou ao almôço, simples.

Conhecidas as bôas condições que esta substancia reune como alimento, ninguem contestará que o leite constitue precioso recurso nas occasiões em que a falta de appetite ou essa aversão especial ás carnes que se desenvolve amiudadamente nas mulheres gravidas, colloca-as na triste contingencia de não poderem tomar alimentos bastante nutritivos para preencher as suas necessidades. N'este caso, o leite — em quantidade ordinária — nas horas mais convenientes — representa na alimentação um bom papel e dá magnificos resultados. Fóra destas condições não crêmos opportuno sujeitar a pejada a uma dieta láctea quasi absoluta. O motivo é simples. O leite, como substancia rica em gordura, dá lugar á formação no organismo de elementos de igual indole, e por isso favorece sensivelmente as differentes especies de transformação gordurosa, ao passo que deixa um vácuo na parte relativa aos elementos fibri-

nosos; podendo redundar mais tarde em vicios e desordens no organismo.

Essa consequencia não é invariavel,—póde mesmo falhar, como ordinariamente succede ; basta, porém o ser possivel para que — salvo condições imperiosas — evitemos que a mulher exponha por esse modo sua saude.

Acontece tambem ás vezes que o leite talha no estomago : além da molestia que acarreta, dá origem ás más digestões e ás colicas que as acompanham. A' vista d'isto, e dêsde que a mulher repugne tomal-o, é razôavel que se abstenha, tendo sempre na lembrança que—no estado especial em que se acha—deve evitar cuidadosamente todas e quaesquer violencias ás funcções regulares e normaes.

A' vista do expôsto, e considerando mais que o leite—em o nosso paiz—não produz os beneficios que se lhe attribue, por falta de certas condições, taes como a degeneração da raça do animal que o fornece, a natureza dos pastos, e as substancias com que são nutridas — nos grandes centros — as vaccas, phenomenos estes que se observam mais frequentemente no leite da Côrte que no de serra-ácima, no das provincias do Norte que no das do Sul, não só o proscre-

vemos do regimen da pejada, como toda e qualquer substancia que se digira mal, e aquellas pelas quaes ella sinta aversão, quando em estado interessante.

O café com leite deve ser banido da alimentação das pejadas. Ainda que o diga de passagem, não trepidem em aceitar o conselho. O seo uso favorece as inflammações do utero, predispondo-o a *corrimentos* sempre incommodos e difficeis de debellar. O crême está no mesmo caso.

E' dos phenomenos mais constantes da gravidez, despertar-se na mulher sympathias por certos alimentos; e d'esse modo os manjares que ordinariamente eram bem aceitos, e mesmo com prazer e predilecção, tornam-se — como por encanto —repugnantes,não podendo nem mais ouvir fallar n'elles; ao passo que outros, anteriormente aborrecidos, são acceitos até com verdadeira paixão.

Estes phenomenos são indubitavelmente movimentos instinctivos que, embora oriundos de uma perversão do systema nervoso, cumpre-nos respeitar. Modificar essa perversão, oppôndo-se ás suas manifestações, não seria racional, nem se conformaria com plano algum de curativo logico.

N'essas condições, pois, é prudente con-

descender com taes caprichos,não obrigando as pejadas a ingerirem alimentos que por ventura lhes repugnem, e consentindo nos que appeteçam, sempre e todas as vezes que não sejam de indole tal que possam ser nocivos ou dar origem a perturbações graves.

As *bebidas*, pela sua quasi nem uma restrição, pouco preoccupam o hygienista em relação á pejada.

A condição unica imposta nestes casos ao uso das bebidas, é a mesma que no estado normal : o excesso.

Nesta, porém, mais do que em qualquer outra, os tristes resultados são transcendentes.

O uso ordinario e regular de toda e qualquer bebida não pode, pois, ser prohibido, mórmente quando a mulher tem o habito contrahido, e sabe até que ponto pode ingeril-a sem transtôrno.

Não baniremos, portanto, as bebidas alcoolicas; nem as aromaticas, entre as quaes se conta o café, que de alguns autores tem recebido o mais absoluto anathema.

A prática tem demonstrado que o café — de manifestas vantagens para a nutrição e digestão — é perfeitamente tolerado pelas pejadas que teem o habito de tomal-o diariamente, ao passo que seu organismo re-

sente-se immensamente quando procuram supprimir esse habito.

Em muitos casos de difficuldade nas digestões, prostração e pêso geral do côrpo como que subjugado pela influencia da gestação, tenho conseguido sempre um bom resultado aconselhando-as apenas tomar café pelo correr do dia, tendo a cautela de fazer a infusão um pouco fraca,e adoçando-a bem, para abrandar ainda mais o principio estimulante.

Entre as virtudes especiaes do café, ha uma pouco conhecida, da qual poderemos tirar proveito em muitas occasiões: a de proporcionar certa satisfação e alegria provenientes sem dúvida do bem estar que transmitte ao systema nervôso, e a aptidão que communica aos movimentos; effeitos physiologicos que explicam perfeitamente bem sua benefica influencia sobre o espirito.

Sôb o pônto de vista hygienico, nada impede o uso moderado do café; e até—em muitas occasiões—será um meio felicissimo de modificar esses estados nervosos que tão ordinariamente apresentam-se no percurso da gestação.

Quanto ás *bebidas* altamente *alcoolicas*, são commummente pouco appetecidas pelo bello sexo; em vista do que ordenar a sua

abstenção, é conselho que poderiamos dar na quasi certeza de ser fielmente cumprido.

Não julguem, porém, que essa prohibição seja tão formal que se estenda a todo o genero de bebida mais ou menos referivel a esta ordem ; antes—inversamente—desejâmos ser comprehendidos ; porque está no dominio de todos que a melhor bebida usual para a comida, principalmente no verão, além da bôa ágoa, que a temos em abundancia, são as de Seltz ou de Vichy, misturadas com um têrço de vinho puro e sêcco, as quaes—sobre facilitarem o trabalho da digestão—constituem um tonico que se coaduna sempre com a gravidez.

E' tambem conveniente tomar á sobremesa um pouco de vinho generoso, e de preferencia os vinhos doces, por isso que neste caso não se procura na bebida fôrças, mas um leve estimulo, o que se obterá com mais segurança se a abundancia do assucar neutralisar a actividade alcoolica.

Nada disto se entende com as senhoras a quem o vinho repugna, quer normalmente, quer por effeito de seu estado particular, em cujo caso não é prudente aconselhar uma bebida que irritaria facilmente os orgãos digestivos, perturbando por conseguinte a marcha da gestação.

Ainda outra questão. As senhoras gravidas podem tomar *gelados?*

Hoje, que o consumo do gêlo tocou o seu auge, poucas senhoras se encontrarão que não gostem delle ; tanto mais quanto, pela delicadeza de suas combinações com diversas outras substancias, excitam o capricho e o desejo, e—por outra parte—além do gôsto, o habito, sobretudo na côrte, onde faz-se dos gelados e dos sorvetes um pretexto para copiosos lunchs.

Póde esse gôsto ser prejudicial á marcha da gestação, a ponto de obrigar a mulher á suspendel-o emquanto pejada ? Ha medicos que opinam pela affirmativa, sendo muito commum vêl-os prohibir ás suas clientes o uso de gelados.

Por minha parte, fundado sempre na propria experiencia, nunca vi máos resultados de tal uso, quando não se commette a indiscrição de ingeril-os com o côrpo suado ; razão pela qual, desde que não hajam motivos especiaes que me obriguem a proceder em contrário, deixo-as na mais completa liberdade de escôlha, e — o que é mais ainda—aconselho essas bebidas muitas vezes, principalmente quando as pejadas apresentam tendencias ao vomito.

5º O *exercicio* é indispensavel ás peja-

das ; isto é, o exercicio *activo*, porém não levado á fadiga.

Infelizmente ha entre nós um máo costume que predomina em todas as classes sociaes, com relação á mulher.

Vexatorio e cheio de tristes consequencias, consiste elle em côagil-a á uma quasi absoluta inacção, dando-se-lhe por homenagem apenas os estreitos compartimentos de sua casa, proporcionando-se-lhe desde os verdes annos as rações—pode-se dizer—de ar livre que tem de respirar, e os quartos de hora que deve consagrar a um exercicio hygienico. Comprehende-se perfeitamente que á mulher, seja qual fôr o seu estado, não lhe fica bem estar constantemente na rua; comprehende-se mais que deve ser muito circumspecta em exhibir-se, tornando-se digna de reparo quando por ventura abandona frequentemente os cuidados de sua casa ; a sociedade censura, e com razão, aquellas que assim procedem ; porém, d'ahi á completa inacção vae grande distancia, cujo têrmo médio é o que aponta e aconselha a hygiene.

Essa inacção acentua-se conforme os gráos da escala social. A familia da classe operária bem retribuida, cujas filhas receberam uma educação regular, representa o

primeiro gráo. Ordinariamente passam a semana a coser na machina, para só sahirem ao domingo, á tarde, empregando nesse honesto passeio duas ou trez horas.

A classe média dá já ás suas filhas uma educação mais elevada; o que não obsta que ellas—de ordinario—saiam do collegio com o organismo viciado, nada lucrando com a mudança de habitação porque apenas trocam de logar, sendo d'ahi em diante, em vez da escola, a casa paterna que as retem encarceradas. Pouco sahem á rua. A' tardinha, exhibem-se á janella. O theatro é o seu unico, e ainda assim, raro divertimento.

Em gráo mais elevado estão as familias dos altos funccionarios e commerciantes. As moças sahem ás compras; porém, além do passeio ser ás horas mais quentes do dia, gastam todo esse tempo nos armarinhos, nas lojas da modista, e outros logares não menos abafados que a casa em que moram.

Quando voltam, é sempre ás carreiras para tomar o bond, receiosas de que o papai se zangue não vendo-as á mesa do jantar. Taes passeios não aproveitam, pois á fadiga—que não é pequena—accresce sempre uma botina apertada, o colchête do collête vergado sobre

o ventre, ou o grampo que ameaçava deixar cahir o crescente.

Depois dessas estão as familias que téem carro : as dos capitalistas. Quer isto dizer que não existem circumstancias forçadas que retenham as moças em casa ; sahem todas as vezes que lhes apraz, porém perfeitamente acondicionadas e abafadas pelos estôfos do carrinho ; têem medo de pisar no chão, e—como flôr de estufa—apenas recebem o sol amortecido atravez das vidraças. Sahem á rua, mas não passeam; isto é : não fazem exercicio algum muscular.

Nem ao menos podemos excluir da fatal regra as moças da roça. Sem visinhos, sempre em familia, em contacto muitas vezes com individuos de condição inferior, para quem não ha guardar ceremonias, parece que deviam viver desaffogadas, no campo, no terreiro, no pomar, em toda a parte—em summa—menos no interior da casa.

Mas, assim não acontece ; como as demais, ellas desbotam por falta do calôr que alenta e vivifica !

Prova real : as brazileiras criam-se indolentes, avêssas ao movimento ; a inercia torna-se parte integrante da sua natureza ; o mais insignificante exercicio fatiga-as e prostra-as ; finalmente, preparam para si

um temperamento lymphatico, constituição chôcha e mofina, organisações—em summa —incapazes de bem cumprir qualquer de suas funcções, de resistir a prova alguma, e ainda menos de viver por muito tempo na mais perfeita saúde.

Lembro-me ter ouvido este espirituoso dito de um estrangeiro, tão intelligente quanto ferino : « No Brazil, o homem deve casar-se com duas mulheres. — Porque ? perguntei-lhe. — As brazileiras são tão *doentes !* respondeu o malicioso observador.

Realmente ! D'esse modo creadas, tornam-se aptas para contrahir molestias, que difficilmente as abandonam.

E d'ahi, essa serie de queixas contra os medicos, contra os remedios, contra o clima, contra o tempo, contra a estação, sem se lembrarem que o mal está nellas, e que o paiz, o clima e os medicos nada podem contra organisações estragadas desde o bêrço.

A menina passa a ser moça ; o casamento não tarda fazêl-a mãi ; sôb a influencia da gestação a molleza augmenta, a indolencia torna-se invencivel, e a infeliz acaba côagida a passar a maior parte da gravidez atormentada por molestias geradas pela perversa constituição do seu organismo.

São estes os perniciosos effeitos de uma

educação defeituosa, e habitos contrahidos inconsideradamente, razão pela qual nunca se cançarão os medicos em clamar que se generalise o exercicio entre as moças, que se lhes modifique o systema de vida, certas de experimentar mais espontaneidade e perfeição em suas funcções, mais belleza em seu desenvolvimento physico, desse modo se preparando para melhor preencherem os deveres que lhes são proprios, e affrontarem com coragem os accidentes de maternidade.

Mas, emquanto não se consegue essa tão necessaria reforma de costumes, que tanto tem de influir sobre o desenvolvimento physico das novas gerações, a mulher—chegando á época da prenhez mal predisposta — não deverá ao menos esquecer de que ainda é tempo de modificar um pouco o estado do seu organismo, em bem do innocentinho que traz em suas entranhas, e não menos da propria saúde, quanto mais que é de seu rigôroso dever envidar todos os esforços para chegar com felicidade ao têrmo physiologico do seu estado.

Já dissemos e agora repetimos : o exercicio é indispensavel ás pejadas, exigencia esta que a physiologia explica cabalmente : a circulação da mãi soffre mudan-

ças muito sensiveis produzidas pelas necessidades do féto, cujo systema de nutrição reside todo no sangue materno, mudanças essas que coincidem com os obstaculos que —ao curso do sangue—oppõem certas e determinadas compressões mecanicas exercidas pelo desenvolvimento do utero ; pois bem : para combater taes inconvenientes, e satisfazer ás novas condições organicas em que se encontra o apparêlho circulatorio, é preciso activar a circulação peripherica, o que só se conseguirá por meio do exercicio muscular, principal excitante do movimento capillar.

Quando procedendo de modo inverso a mulher conserva-se inactiva, infiltram-se lhe as extremidades, incham-lhe as veias da metade inferior do côrpo, e vem por fim a dyspnéa e suas incommodas consequencias. Desde o principio, pois, da gestação, deve a mulher passear, não em logares muito concorridos, mas em paragens amenas que recebam os beneficios do sol e do ar livre, e onde—expandindo-se—o espirito se alegre com o espectaculo de uma natureza risonha.

O Rio de Janeiro, por exemplo, offerece os pontos mais propicios a esses passeios e excursões.

Vegetação esplendida e eterna,—zonas

arenosas e quentes,—outras, argilosas e sêccas,—logares centraes, onde o ar não contém humidade,—outros, á beira das grandes praias, onde se póde obter as vantagens de uma columna de ar moderadamente humido,—dentro e fóra da barra,—mansas e pequenas enseadas que convidam aos passeios maritimos sem risco,—situações com verdes pomares de larangeiras, cujas flôres embriagam os que passam,—extensas mattas com passaros das mais variadas côres, que attrahem o caçador,—varzeas matizadas de transparentes lagos, em cujo espêlho se miram as garças e esvôaçam as espantadiças marrecas,—por toda a parte, sombra e sol;—praças ajardinadas, campos com cascatas, jardim botanico, passeios publicos, musicas populares, e—o que mais ainda—bonds e trens de ferro que conduzem a todos esses pontos, tornando o transito mais barato e por conseguinte menos penôso. Tudo isso, porém, é baldado; ninguem sahe de casa! A educação egoista do brazileiro exige da mulher até o sacrificio da propria saúde.

As horas mais convenientes para os passeios, são—no inverno—das oito da manhã em diante; e das seis ás nove, e ao cahir da tarde, na estação calmosa.

O passeio á noute não convém nunca ; por mais calôr que sintâmos durante o dia, a noute é sempre humida, e a humidade é sempre inconveniente á pejada.

Deste moderado exercicio, que não irá até a fadiga, e regularmente prolongado tanto quanto baste para que sua influencia se estenda a todo o côrpo, não póde eximir-se a mulher, seja qual fôr a sua constituição e época da prenhez.

E' verdade que nas ultimas semanas, e — em alguns casos — até mesmo desde a metade do periodo da gravidez, a mulher sente-se pesada,com os movimentos tolhidos, não podendo caminhar por espaço de algum tempo sem que sinta a urgente necessidade de descansar ; esta circumstancia, porém, não deve ser pretexto para suspender os passeios ; faça-os do mesmo modo, mas por lugares em que possa encontrar assentos á disposição, ou —ainda mesmo— levando comsigo uma cadeira : não faltam no centro da cidade jardins com todas as commodidades ; e na roça, sombrios arvorêdos que—n'este abençôado paiz—não perdem nunca a sua folhagem.

Algumas senhoras, principalmente na *primeira barriga*, soffrem de um incommodo que as priva do exercicio activo.

Mesmo de mais perfeita saúde, e não cansando facilmente apoz alguns momentos de exercicio, sobrevem-lhes na parte inferior das costas ou nas cadeiras uma dôr tão forte que impossibilita-as de dar mais um passo; e si se esforçam para o fazêr, ou tratam de dominar esse estado, são acommettidas frequentemente de syncopes, que — felizmente—cedem logo que se sentam.

Sou o primeiro a confessar que—n'alguns casos — apresentam-se estes accessos tão rebeldes que obrigam-n'os a mandar suspender por algum tempo os passeios, para de novo continual-os mais tarde, e gradualmente; sendo, porém, tambem certo que—muitas vezes — vence-se facilmente esse obstaculo, tendo apenas a pejada o trabalho de ligar-se com uma facha que lhe comprima moderada e methodicamente a parte inferior das costas e as cadeiras, mantendo ao mesmo tempo firme o abdomen; esse pequeno cuidado que tão pouco custa, dispõe-n'a no emtanto a proseguir com o seu exercicio quotidiano, tão util quanto necessario.

Dêsde que a mulher sente-se pejada deve abster-se em absoluto da dansa, do salto e da carreira; em summa, de todos os movimentos bruscos e violentos.

Não serve de objecção a este preceito dizer que muitas mulheres se dedicam a trabalhos excessivamente penosos durante toda a gestação, e que outras — taes como as dansarinas e as amazonas dos circos olympicos — bailam e exercitam a equitação, até os ultimos mezes, sem soffrer incommodo de maior consequencia. Estes factos são verdadeiras excepções, e — como taes — não invalidam a regra geral.

A immunidade que essas mulheres apresentam, devem-n'a principalmente ao habito: todas ellas — mais ou menos — fôram educadas dêsde muito tenras n'essa continua gymnastica, que não affecta absolutamente o seo organismo, representando n'ellas talvez menos fadiga uma noute de bailado ou de espectaculo que — n'uma senhora de bôa sociedade — meia hora de exercicio. Ainda assim, eu não aconselharia a essas artistas a proseguirem nos seos trabalhos, visto como — o que ordinariamente o habito evita — produl-o quando menos se espera o abuso ; e se por ventura as necessidades da vida obrigam talvez a taes excessos, nunca os sanccionará a sciencia.

A pejada não póde montar á cavallo, nem deve sahir de carro. Vê-se logo que o primeiro conselho é em absoluto ; o segundo

tem suas excepções, pois é elle sempre toleravel quando o carro é de bôas mólas e commodo, não caminhe com muita velocidade, e roda por lugares planos, arenosos, ou pelo menos bem calçados, de modo a não produzir abalos, como se dá geralmente por melhor que seja o vehiculo, nas ruas das nossas principaes cidades, e mesmo nas da Côrte, offerecendo por essa razão pessimas condições sôb o ponto de vista da segurança e commodidade das pejadas. Se a mulher tiver restricta necessidade de sahir, deve substituir a almofada do carro por um assento elastico, d'esses que se enchem de ar, ou mesmo de arame com mólas; fraco recurso, na verdade, mas que em todo o caso attenuará os effeitos dos balanços e dos boléos.

Esses inconvenientes tornam-se sempre mais perigosos nos primeiros mezes da gestação, em os quaes mais facilmente provocam o abôrto; depois dos trez primeiros mezes, os passeios ou viagens de carro são mais incommodas que perigosas.

As viagens em trens de ferro — na maioria das vezes — não são nem incommodas nem perigosas; todavia, muitas senhoras — nos trez primeiros mezes da prenhez — difficilmente toleram a vibração propria

d'esse genero de locomoção, — uma sensação desagradavel deixa-se sentir na madre chegando até produzir dôres. Não duvido que —em taes casos— a prolongação d'esta influencia acabe por determinar o abôrto; phenomeno — por outro lado — que se acha incluido na explicação que—de simelhantes factos — dá a medicina. O melhor meio de prevenir essas consequencias, se para tanto não bastar a almofada de ar ou a de arame com mólas, é conservar-se durante toda a viagem no decubito lateral, posição esta em que menos se sente a vibração.

O passeio em bond é identico; sómente, como a vibração é menor, são tambem menos de receiar seos resultados.

As viagens por mar não offerecem inconvenientes se por acaso a mulher não enjôa; o inverso, porém, acontecendo, esse atroz soffrimento muito a agoniará, e facilmente concebemos que póde tornar-se perigosissimo quando prolongado. Felizmente, ha á bordo muitos modos de tornar menos incommoda a situação, sendo um dos principaes o deitar-se em bom e arejado camarote, privar-se de todo e qualquer alimento, e usar de alguma beberagem antispasmodica. Estes meios aproveitarão talvez em tempos bonançosos, — por occasião de

tempestade, não ha nada que livre ou allivie os soffrimentos do enjôo. Se a elles juntarmos os sustos e o risco a que nos expômos nas longas viagens por mar largo e revoltôso, sobêjos motivos teremos para aconselhar á mulher de não emprehendêl-a no estado da gestação.

O exercicio exige descanso, e o descanso é representado pelo somno. Á medida da fadiga será o somno mais ou menos calmo e prolongado; levando, porém, em conta a grande tendencia que a pejada tem para dormir, tendencia essa á qual cumpre não abandonar-se de todo para não crear um máo habito. A cama em que dormir não deve ser excessivamente fôfa, nem macia: nem conservar o corpo muito quente. O melhor será servir-se sempre, no verão, de colchão de clina, e esteirinhas bem finas; e, no inverno, usar a roupa da cama de algodão em vez de linho.

Não é tambem conveniente muita coberta; na generalidade, as pejadas — nas quaes ha antes excesso de calôr que de frio — recusam-n'as, sendo muitas as que — nas proprias manhãs de inverno — não toleram o cobertôr. O costume, n'estes casos, dictará a lei.

O MORAL das pejadas merece particular

attenção dos hygienistas. Se já é um dever da mulher — no estado normal — evitar as emoções fortes e não deixar-se arrastar por paixões violentas, sóbe de ponto esse dever durante o periodo da gestação, em que nada se dá na mulher que não influa mais ou menos directamente sobre o innocentinho que traz no ventre. Uma das cousas que mais nos convence d'essa verdade são as impressões moraes. A alma recebe não só as impressões directas por meio dos sentidos, como tambem as emoções produzidas quer pelos actos da intelligencia, quer por simples creações imaginarias; ás vezes dá-se uma preoccupação mantida fixamente pela ideia, e por tal modo que chega a absorver as potencias facultativas, tornando baldados todos os esforços para distrahir o pensamento, e conduzil-o á variedade de trabalho e de objectos que constituem a verdadeira gymnastica intellectual; outras vezes não é já a preoccupação fixa de uma ideia positiva, mas uma especie de delirio, gerado pela elaboração febril de imaginação ardente, que não se funda quasi nunca em factos, mas em illusões, inventando chimeras e levantando edificios impossiveis, e — mais tenazes do que as ideias — mais imperiosas do que as suggestões da convicção — não só absor-

vem o pensamento em profundas meditações, como ainda se impõem ás suas manifestações, e — arrastando-as pelo caminho dos actos inverosimeis — resvalam para a loucura.

A psychologia explicará a seo modo esses phenomenos, desenvolvendo suas seductoras theorias para demonstrar o *por que* essa ideia domina por tal fórma a intelligencia, ou a imaginação se impõe pela fôrça nas manifestações psychicas; não nos importam tanto essas razões como deixar aqui consignado que — n'um e n'outro caso — o organismo soffre com essa concentração do espirito, muito difficilmente podendo reagir contra essa causa interna de conhecidas desordens.

Será tão intima a união entre o espirito e a materia que esta não possa evitar a influencia d'aquelle, apezar da natureza distincta de ambos? Haverá entre as manifestações psychicas e as physiologicas tão rigoroso enlace, uma successão tão necessaria, que tornem impossivel a independencia absoluta de cada ordem de operações, e estabeleçam tamanha solidariedade entre si? Não nos preoccupemos com taes segredos, aliás difficeis de desvendar, observando apenas que a influencia das manifestações

psychicas sobre o organismo é indiscutivel: e que — em determinados estados e épocas da vida — esta influencia é mais energica, mais manifesta e franca, e de resultados mais effectivos, sôb o ponto de vista da integridade das funcções.

Na gestação, é quando mais visivelmente se nota esse phenomeno. Qualquer cousa que fira de certo modo o espirito da mulher, qualquer impressão moral que ella experimente, passageira ou não, importa logo uma modificação no modo de ser do feto; e póde variar desde a mais simples agitação de momento, que a mãi percebe perfeitamente bem, porém que passa em pouco tempo sem deixar vestigios, até a perturbação profunda nas funcções proprias da creança, que adoece, soffre, podendo até rematar pela sua prematura morte, antes da época fixada pela natureza á sua existencia intra-uterina.

Todos os dias observâmos factos d'esta ordem, e a ninguem sorprende — por exemplo — que uma senhora pejada de alguns mezes, aborte pouco tempo depois de experimentar um grande susto, ou receber a noticia do fallecimento de pessôa estremecida, e ainda ao saber que outra mulher, que achava-se nos ultimos mezes da gravidez, fôra acommettida de violenta convulsão im-

pressionada por uma má noticia, e que se acha muito mal por succederem-se os ataques, apoz os quaes dera á luz uma criança morta, achando-se igualmente em perigo de vida.

A funesta influencia do moral sobre a gestação é um facto inconcusso, que ninguem ignora, e ainda menos o médico que o testemunha todos os dias.

Não obstante, poucas senhoras se esforçam para evitar todas as scenas que — ora affectam sua intelligencia provocando ideias fixas, ora excitam a imaginação fornecendo-lhe pasto para incessantes creações ficticias;—ou ferindo a affectividade— crear antipathias e aguçar os móveis de paixões violentas, cuja explosão é uma ameaça directa á integridade das importantes funcções que se desenvolvem durante a gestação.

Fundada n'estas assustadoras consequencias, a hygiene estabeleceo como principio indiscutivel que a pejada evitará tudo quanto possa excitar-lhe qualquer das mencionadas emoções. Ella não deve, portanto, expôr-se á agitação violenta que resulta do susto, das sorprezas, das alegrias delirantes, dos desgôstos ; e — para prevenir tudo isto — cumpre-lhe fugir ás suas causas.

Se passa a vida pacifica e tranquillamente, se dá tregoas aos cuidados que lhe trazem — por um lado — as relações sociaes, e — por outro — as canceiras da casa, si se afasta de tudo quanto possa affectal-a lembrando-se exclusivamente de seus deveres, e mesmo ainda que a vida já não lhe pertence, mas ao filho, facil será á pejada conseguir o desejado socêgo.

Os grandes interesses que se envolvem na gestação; o porvir de felicidades e amôr que depende da saúde e integridade do innocente, cujo nascimento se espera com tanta soffreguidão e carinho, valem bem a pena que soffra a mulher — não só resignada mas até satisfeita — a interdicção temporaria que se lhe impõe de seus habitos sociaes.

Para que procurar no borborinho das festas, e no embriagador movimento das salas diversões ao espirito e incentivos ás paixões, quando o seu maior desejo deve ser a chegada da hora em que possa gozar a suprema ventura de imprimir no filho o seu primeiro beijo! Nem outra paixão deve agital-a que não seja a que lhe divide o coração entre o espôso e o fructo querido do seo amôr!

E não é isto só o que deve procurar; não basta que — com seo retrahimento da

sociedade, dos bailes e das festas — evite o contacto das más paixões que n'ellas se agitam; é preciso tambem renunciar temporariamente o brilhante papel que lhe deo a sua posição ou belleza, desterrando ao mesmo tempo de sua imaginação ideias e impressões que possam agital-a. Cumpre-lhe ainda mais que — em sua propria casa — no seio da familia que tem já para si todos os encantos e distracções, estabeleça e proporcione a paz e o bem-estar, que são as condições primárias de sua tranquillidade moral. Por occasião da gravidez, dará tregoa ás divergencias que — por qualquer pretexto — mantenha com pessôas da familia ou de casa. Reconheço que a tarefa será — ás vezes — superior ás suas fôrças; mas, admittindo que — na maioria dos casos — dependa de si exclusivamente conservar ou destruir a paz domestica, muitas serão as occasiões em que — sem poder obstal-as — se levantarão tempestades suscitadas pelo genio malefico encarnado n'alguma creatura, d'essas principalmente que — por desgraça — somos obrigados a conservar sôb nossos tectos, aviltadas pelo ferrete da escravidão.

Desde já—em nome do pobre innocentinho, sempre a unica victima — peço á todos

aquelles que se acham em contacto com a mulher pejada, pelo trato ou ligados pelos laços de parentesco, que — respeitando-lhe o estado — deponham seos rancôres, violentem suas inclinações, evitem finalmente quanto possam dar causa a perturbar-lhe a tranquillidade de que tanto carece.

Estas advertencias cabem principalmente ao marido ; e — não sendo embóra escriptas para elle, mas convencido de que lerá estas modestas paginas — tomo a liberdade de dirigir-me á sua consciencia dando-lhe alguns conselhos, que constituem parte integrante da hygiene moral da pejada.

Lembre-se do quanto deve á meiga companheira de sua vida, áquella que lhe vai dar o doce prazer de ser pai, e de perpetuar o seu nome. Recorde-se que ella é um ser fraco e mais do que nunca carecedora de apôio e protecção ; e que—quando chegarem as dôres cruciantes do momento de dar á luz—ha de voltar-se para seu lado, chorando e gemendo, e então — abraçada ao seu pescôço—exigirá as provas daquelle amôr immenso que tantas vezes lhe jurára, o que terá de fazer, animando-a com seus cuidados, com suas carinhosas attenções, com as promessas de uma affeição eterna, levada até o sacrificio ; e, em troca desse

martyrio momentaneo e das alegrias de que em pouco encherá o seu coração com o presente de um filhinho loiro, de olhos azues, travêsso, muito travêsso, risonho, sempre risonho, nada terá para lhe dar, porque semelhante felicidade não tem prêço.

Animado por estas reflexões que devem impôr-lhe a mais pura e intima convicção, procure ser com sua espôsa solicito á ponto de adivinhar-lhe os desejos, complacente até a submissão, ainda mesmo quando ella se afaste da razão; e amavel e condescendente para satifazer todas as suas vontades. Acompanhe-a em todos os seus passeios, proporcione-lhe conversação agradavel, para a qual encontrará assumpto de sobra na historia dos seus amôres, e na perspectiva do risonho porvir que os espera. Se a ameaçam tristezas e preoccupações infundadas fazem brotar temôres que annuviam-lhe o semblante, procure desvanecer essas preoccupações pela doce persuasão, proporcionando-lhe ao mesmo tempo alegres passatempos, e collocando diante de seus olhos os variegados espectaculos que offerece a risonha natureza; dando-lhe, finalmente, exemplos de confiança no futuro.

E' tudo quanto de melhor pode fazer o

marido que souber cumprir os seus deveres.

Afastará tambem da companhia da espôsa todas as pessôas que lhe não mereçam sympathias, e aquellas que—irreflexivas em sua conversação—commettam a imprudencia de fallar na sua presença em cousas tristes, expliquem ou commentem acontecimentos desagradaveis, como mortes, desgraças, partos laboriosos, molestias mortaes, e outras noticias simelhantes que sempre affectam de modo deploravel a sensibilidade da pejada.

Por igual motivo deve arredal-a da presença de hospitaes, cemiterios, entêrros, brigas e altercações, e do aspecto repugnante ou digno de lastima que offerecem os embriagados, as victimas de desastres, os pedintes aleijados, mutilados ou cobertos de chagas ; em resumo, tudo quanto—por seu aspecto ou pelas ideias que desperta—constitue um estimulo evidente de dolorosas preoccupações do espirito, e confrangimentos do coração.

O marido é sempre o melhor tutor e conselheiro da sua companheira; se—em algumas occasiões—póde prescindir de tão melindrosa missão, não será por certo durante a gravidez; a mulher, dissemol-o já, é uma criança grande ; considerando-a no seu

estado interessante e em relação ao marido, é mais ainda a creança perdida de mimos, cheia de exigencias, a quem se deve fazer todas as vontades, desde que não prejudiquem o exercicio dos meios que a guiam pelo bom caminho, sôb os salutares conselhos daquelle a quem — principalmente — compete velar por ella.

Quando assim aconteça, empregue-se a persuasão que nunca deixa de exercer a mais efficaz influencia na mulher, mórmente quando ella estima devéras o marido e está habituada a pensar de accôrdo com elle, e a dirigir-se sôb suas ordens.

Observando que a timidez ou o receio de não ser attendida obriga-a a occultar alguma cousa, procure o marido adivinhar-lhe o pensamento, e adiantar-se ao seu pedido, resolvendo as vacillações e as dúvidas que lhe occorram em relação ao seu estado de modo a satisfazel-a sem contrarial-a; emquanto o marido — por sua parte — aconselha-se com pessôa competente, quando o assumpto—por transcendental—possa influir na saúde da mãi ou na do filho.

Deste modo contribuirá efficazmente o espôso para manter sempre erguido o senso moral da mulher, tornando-lhe mais suave o penôso periodo da gestação.

De seu lado, deve a mulher procurar tambem fazer o possivel para chegar ao mesmo resultado. Fugirá dos espectaculos theatraes em cujo programma figuram os dramas horripilantes e sangrentos, e outros que discutem ou desenvolvem theses de exagerado romantismo, fecundos—portanto —em situações que affligem, em lutas encontradas de sentimentos oppostos, em scenas — finalmente — que ou excitam a compaixão e o horror, ou a tristeza e o desalento. Se frequenta o theatro, divertimento que dissemos algures não prejudical-a, dê preferencia a espectaculos ligeiros, alegres e entretidos, embora as peças não sejam modêlos de litteratura ; porque—nessas occasiões—não vai a mulher ao theatro para apreciar bellezas de uma producção magistral, e muito menos apurar o gôsto litterario, mas apenas dar pasto ao espirito, para não só rir com o riso dos labios como tambem com os d'alma, que tanto contribuem para a paz intima e verdadeira felicidade.

Não a aconselharemos que—exagerando este conselho— só procure assistir a representações burlescas ; nem tanto.

No genero comico e na musica de igual caracter encontra-se facilmente um magni-

fico repertorio para as senhoras pejadas, productos de engenhos fecundos e alegres, que pódem perfeitamente apresentar-se á creatura mais delicada e susceptivel.

A pejada deve abster-se de historias tristes, novellas sentimentaes, e poesias commoventes, as quaes têem os mesmos inconvenientes do theatro. Durante a prenhez desperta-se muitas vezes esse gôsto em mulheres que nunca tiveram predileção por tal genero de litteratura ; enthusiasmando-se por poemas lyricos, romances apaixonados e até scenas de sangue, *historias de causas celebres*, e isso a ponto de procurarem com avidez esses livros e atravessarem horas inteiras devorando-os, com os olhos arrasados de lagrimas,para depois—arrastadas por uma excitação nervosa — passarem grande parte da noute meditando no que leram, como se encontrassem prazer e certo sabôr em prolongar aquellas impressões. Singular exquisitice que se não explica, porém que se apreciam do mesmo modo que outras aberrações do espirito, do sentimento e da sensação, sôb a influencia da gravidez.

N'essas condições, se a mulher não tiver a necessaria fôrça de vontade para dominar-se e arredar de si uma tentação que tantos

damnos acarreta ao seu organismo, compete ao marido — pela persuasão e carinho — e —em ultimo recurso—pela sua autoridade imposta com doçura — evitar, arrancando-lhe das mãos esses livros fataes.

Geralmente pouco se consegue fallando á pejada dos perigos que corre sua propria saúde ; porém—quasi sempre—cede, desde que se lhe falla no filho que traz no ventre : o sentimento materno é a corda mais sensivel da mulher.

Sobre este ponto deve a attenção do marido prender-se mais que sobre qualquer outro, pois — na verdade — é incontestavel quo o estado moral da mãe durante a gestação communica-se ao filho, em quem se desenvolvem mais tarde o genio, as inclinações e até as paixões, sôb o molde que imprimio-lhe a mãe emquanto trouxe-o no ventre. Se a tristeza, a amargura e a concentração do espirito fôram os sentimentos que presidiram á prenhez, mantidas tenazmente por espectaculos romanticos ou leituras apaixonadas, qual será o caracter moral do menino no dia em que — desenvolvendo suas faculdades psychicas — começar a pôr em relevo os sentimentos caracteristicos de seus paes, sentimentos esses que—necessariamente—cada qual lhe

communicou? Dir-se-ha que essa má influencia materna póde ser contrabalançada pela paterna ou mesmo pelos sentimentos normaes da mãe, que em tal caso são irreprehensiveis; mas, como assegurar que — na mysteriosa combinação de todos esses agentes,—não prevalecerá o peior elemento, visto ter sido o mais dominante durante o tempo da gestação?

Póde-se igualmente sentir essa perniciosa influencia na constituição physica, e é indubitavel que as más condições em que se acha o espirito durante a gestação, sobretudo aquellas cujos resultados são as paixões deprimentes, servem de obstaculo ao franco desenvolvimento do organismo nascente, ou contribuem para imprimir-lhe uma direcção viciosa. Muitos desses rachitismos e deformidades dos recem-nascidos, cujas causas evidentes se atropellam na mais triste confusão, talvez sejam effeito desse estado particular em que se colloca a natureza sôb a acção de uma paixão deprimente.

Estas paixões — na generalidade dos casos — não costumam provocar o abôrto, effeito mais proprio das exaltações, como a colera, o exagerado enthusiasmo, a impaciencia, etc; comprehende-se por isso que a mulher pejada deve evital-as, afastando as

causas que as geram ; e procurando dominar-se pela rectidão e claresa do seu espirito,nos casos em que o repentino e inesperado apparecimento d'essas causas não dêem tempo para prevenir taes effeitos.

N'estas occasiões, mais do que em nem uma outra, avaliam-se os resultados da educação que — desde os primeiros primeiros annos — habituam a mulher á subjugar suas impressões, dominio que prevenirá muitos desgôstos no decurso da vida.

E' fóra de duvida que uma das sensações que mais agita a mulher e contribuem para levar aos centros nervosos certo estimulo, são as que resultam dos *prazeres sexuaes*; isto é, da cópula. Seo effeito no organismo póde perfeitamente ser comparado aos que produzem as paixões exaltantes, visto como nestas ultimas ha—primeiramente—grande e manifesta expansão, tanto nervosa como circulatoria, seguida immediatamente de colapso revelado ao mesmo tempo pela relaxação muscular e o enfraquecimento nervôso.

Não póde, portanto, deixar esta circumstancia de influir na marcha da gestação, quando essas sensações são levadas a extrêmo e amiudadamente repetidas.

Não obstante, a opinião dos hygienistas

não é unanime com respeito á este ponto; encontrâmos ao lado dos que optam pela prohibição absoluta dos gózos do amôr, aquelles que — reputando sem consequencias a sensação que d'elles provêem—são de parecer que pódem continuar —do mesmo modo que antes—as inclinações instinctivas como regulador absoluto das necessidades organicas.

Sobre este ponto não podemos dar uma solução definitiva, porque as consequencias daquelle acto—do mesmo modo que sua necessidade—dependem em grande parte de condições meramente individuaes, como a idade, temperamento, constituição, inclinações, etc. ; e fôra temerario formular uma lei geral para regular o uso de funcções que dependem das circumstancias particulares em que se encontram os individuos a que se referem.

Diremos, pois, em these, mas sem dar á nossa opinião as pretenções de lei absoluta, que os actos conjugaes não são favoraveis, e pódem até ser perigosos durante a prenhez. Para fortalecer essa prohibição, Roulin serve-se de uma metaphora que—por seu espirito de opportunidade—a transcrevemos. «Os prazeres eroticos são como as seáras : revolve-se o terreno para plantal-o;

uma vez preparado, lança-se a semente; se a semente germinou, para que mais tocar na terra? Seria comprometter a colheita.» O mesmo devemos receiar quanto á gestação: o mesmo trabalho que fez, póde destruir.

A nossa opinião não é, repetimos, absoluta, e só julgâmos prejudiciaes esses gózos em duas phases da gestação: nos dous primeiros mezes, pela possibilidade de — entrando o utero em espasmo — provocar o abôrto; e nos dous ultimos mezes, em que o excessivo desenvolvimento deste orgão é inquestionavelmente uma circumstancia que póde violentar a integridade do féto.

Isto acontece, julguemos agora a questão *a priori*, porque investigando o que nos ensina a prática de todos os dias, vêmos que o suppôsto perigo não se acha confirmado pelos factos; e — na propria physiologia — encontraremos a explicação da indifferença com que muitas vezes, mas nem sempre, o utero recebe as excitações sexuaes externas, acontecendo que os estimulos proprios do apparêlho utero-ovarico ficam como amortecidos desde o momento em que a mulher fecundou, sendo o signal externo dessa suspensão temporaria de suas funcções a cessação do incommodo mensal.

Acalmada a excitação, os orgãos não respondem mais ao estimulo que procura aval-os, e por essa razão o utero se conserva indifferente á exaltação nervosa, sendo apenas de receiar a acção puramente mecanica ou traumatica que possa por ventura affectal-a, exercendo realmente uma má influencia sobre o desenvolvimento do féto. Isto, porém, como já dissemos, nem sempre acontece : ha casos em que se conserva disperta a sensação genesica durante a gestação, sendo possivel pelo mesmo motivo o espasmo uterino, e então comprehende-se que realmente seja para receiar o abôrto.

Alguns autores attribuem tambem a esta causa a producção de varios phenomenos morbidos, como sejam as ulcerações do utero, os partos loboriosos, e alguns vicios de conformação do féto.

Sem negar a possibilidade, não nos parece facil provar-lhe a frequencia, tanto mais quanto a natureza garantio o féto das enfermidades externas por taes meios que os não podem regularmente inutilisar os pequenos traumatismos provenientes da cópula; o desenvolvimento do féto dá-se de conformidade com certas leis fixas e por tal modo ordenadas que só uma suspensão ou aberração destas mesmas leis póde

alterar ou modificar o desenvolvimento; de modo que — assim como é commum e quasi certo, porque corresponde a uma lei physiologica—que uma mãi rachitica dá á luz uma criança deformada pelo rachitismo, não se póde incluir n'uma lei semelhante o facto de que a criança rachitica o seja por simples acto accidental, passageiro e de influencia momentanea, e portanto não cabe a generalisação neste ponto, e somos forçados a aceitar que as deformações fetaes são filhas de uma perversão permanente do organismo da mãi, ou então de uma affecção physica ou moral que persistio durante a maior parte da gestação, e por conseguinte poude ter no desenvolvimento do féto uma influencia tão constante e efficaz com as affecções organicas preexistentes.

O resultado prático destas considerações será não prohibirmos em absoluto os gózos conjugaes durante a prenhez; limitar-nos-hemos a aconselhar a moderação, mórmente no principio e fim. O facto de modificar um pouco as inclinações intinctivas, levando em linha de conta as condições individuaes que concorrem em cada caso, não póde ser prejudicial, mórmente quando essa conducta funda-se na reflexão e bom senso, ao mesmo tempo que — por outro lado — o

uso calmo de certas funcções concorre até certo ponto para a saúde e bem-estar da mãi e para o porvir do filho. Não será difficil em vista disto encontrar o têrmo razoavel, dentro do qual fiquem satisfeitas as necessidades do organismo e as previsões da hygiene.

Sómente em uma circumstancia o hygienista deve aconselhar a continencia absoluta; isto é: quando se trata de mulheres sujeitas ao abôrto ou que se soffram habitualmente de hemorrhagias uterinas: quer em um quer em outro caso a cópula póde provocar o apparecimento de phenomenos que terminem pela hemorrhagia ou pelo abôrto. São, porém, casos excepcionaes que pertencem ao dominio dos factos pathologicos.

Quando sobre este ponto occorram dúvidas, ellas não devem ser resolvidas pelos conjuges, mas por um médico que — dispondo de conhecimentos especiaes — delibere com a segurança que o caso exige.

7º Um dos phenomenos que mais se apresentam na gestação, e mais a complicam, é o que se chama *desejos* ou *caprichos de mulher gravida,* aberrações mais ou menos acentuadas da sensibilidade e da vontade, que imperam fatalmente e de modo irresistivel na mulher que as soffre.

Terão esses factos tão inteira explicação physiologica, que satisfaçam a curiosidade scientifica? Podem-se encontrar na sciencia dados e observações taes, que sirvam de fundamento a uma theoria physiologica sobre semelhantes aberrações, sua historia, causas intimas, influencia, etc.?

E' certo que a medicina tem envidado todos os esforços para encontrar a razão de certos phenomenos que tanto interessam ao seu objecto especulativo, como á satisfação de suas aspirações práticas; mas, até o presente, nada mais tem podido concluir senão: que a formação e desenvolvimento do novo ser traz uma modificação profunda no modo de funccionarem os orgãos; que essa modificação faz-se sentir especialmente no systema nervôso, e que a esse systema deve-se com todo o fundamento attribuir a desordem, cujas manifestações externas recahem quasi sempre sobre a sensibilidade, tanto geral como organica.

Satisfeitos com esta explicação não procuraremos aprofundar a questão, mais para tratados profundos que para as estreitas dimensões d'este livro, consagrado a determinadas pessôas e com determinados fins. Aqui, o que principalmente nos importa é conhecer esses phenomenos para determi-

nar-lhes o gráo de importancia, e como procederá diante d'elle a mulher pejada.

Antes de tudo cumpre estabelecer o principio provado até a evidencia: que esses desejos não teem sobre o desenvolvimento e formação do féto a influencia que o pôvo lhes attribue. A crença de que, se a mulher gravida *deseja* alguma cousa e lh'a negam, a criança sahirá com a imagem do objecto desejado gravada na testa, ou que — pensando em certos objectos — pode a criança tomar-lhes a fórma, e d'ahi resultar um monstro, tudo isso não passa de tradicionarios preconceitos combatidos em todos os tempos pelo bom criterio e hoje completamente repellidos pela sciencia. O unico inconveniente que o capricho não satisfeito produz, é o da impressão moral que acarreta tristeza, pezar, colera ou desgôsto, e nada mais; e por essa razão não vacillâmos em negar a satisfação de taes *desejos* quando estes tenderem a affectar directamente a saúde, ou occasionar graves alterações; bem como—para evitar os effeitos sempre desagradaveis das paixões do espirito — devemos concordar nos caprichos inoffensivos.

Esta é a opinião que realmente formâmos dos taes desejos; e — fundados nos

gynecologistas modernos —cumpre-nos vulgarisal-a com toda convicção, para evitar falsas apreciações, e talvez o apôio erroneo que algumas d'ellas possam encontrar na boa fé de muitos.

Comtudo, já que tocámos neste melindroso ponto, não proseguiremos sem entrar em certas minudencias que esclareçam a mulher, e a auxiliem na formação de um juizo seguro e são.

Ha uma forma grave de *desejos* que resvala para a loucura, monomania ou demencia ; que outra cousa não é mais do que uma perturbação accidental e transitoria levada até o excesso, gerando por conseguinte ideias e actos que não são confórmes com a razão, justiça, e nem mesmo com o bom senso. Ordinariamente ouve-se fallar de mulheres que, sôb a influencia da gravidez, sentiram-se altamente inclinadas ao roubo, ao homicidio, e — o que é mais horroroso ainda — á anthropophagia.

Isoladamente, esses factos dão-nos idéia da profunda perversão da pessôa que elles affectam ; porém indicam tambem que ha uma verdadeira transformação intellectual e moral, não lhe cabendo por isso mesmo responsabilidade de seos actos : é um individuo que obra então fatalmente, á revelia da

razão; uma verdadeira *irresistibilidade*, que cumpre considerar desde que tenhâmos de apreciar ou julgar taes factos.

Não vacillâmos em considerar — n'esses casos — a mulher em verdadeiro estado maniaco, e como—sôb uma tal influencia—pode commetter actos attentatorios á segurança dos individuos e á ordem social, é claro que — se não bastam para contêl-a autoridade do marido e os conselhos da prudencia — deve-se recorrer ao remedio supremo, que é afastar a doente — que bem merece esse nome — do trato social, e conserval-a prêsa e segura, tanto quanto baste para que a volta de suas funcções ao estado normal traga tambem a integridade das faculdades intellectuaes, e consequentemente o completo desapparecimento do estado maniaco.

Felizmente esses casos extraordinariamente graves, que tanto vexam e affectam a calma e bem-estar das familias, além de pouco frequentes, constituem verdadeiras excepções, a tal ponto que os factos perfeitamente conhecidos e veridicos são raros, e sempre os mesmos apresentados como exemplo pelos auctores de nota.

Ha uma variedade d'essa fórma de aberrações que estende-se a grande numero de pejadas, mórmente em certas épocas: ella

tem por fim o furto, chegando — mas escassamente — até o ponto da mulher só comer o que póde furtar. Essa forma de *desejo* diminuio consideravelmente desde que os tribunaes restringiram a doutrina da irresistibilidade, responsabilisando muitas rés que procuravam salvaguardar-se com a gestação.

E, digâmôl-o entre parenthesis, isso prova que a maldade sabe tirar proveito de tudo, não deixando escapar nem mesmo as raridades physiologicas.

Os caprichos que geralmente se observam são inoffensivos, e tem por fim o que de ordinario se passa na vida commum. Umas vezes, cifra-se em desejar certos acepipes, anteriormente aborrecidos, ou então de natureza tal que não se póde encontral-os n'aquella occasião; ou é o enthusiasmo por certo *quitute* que a pejada deseja comer todos os dias e não aborrece nunca, antes cresce a vontade. Outras vezes é o *desejo* de provar comestiveis que mal vê ou dos quaes accidentalmente se falla; ou mesmo dos que se não falla nem vê. As vezes o *desejo* converte-se na repugnancia absoluta por tudo que se lhe apresenta; ora quer comer a uma hora certa, ou beber desmedidamente; umas vezes salgar muito a comi-

da, — outras — inversamente — adoçal-a; n'uma palavra, todas as variantes que pode offerecer o capricho sobre o thema ordinario da comida e da bebida.

A's vezes a mulher *deseja* comer cousas repugnantes, ou por tal sorte adubadas ou arranjadas, que é impossivel agradar ao paladar commum, nem toleral-as um estomago que não esteja pervertido, chegando até a engolir objectos preciosos que attrahiam a sua attenção. Um parteiro de nota conta que vio uma senhora manifestar louco desejo de comer uma linda rosa que fazia parte de um ramilhete; esse capricho, dominado a principio pela razão e conselhos, cresceo—não obstante—de proporções, acabando por tornar-se irresistivel. A rosa foi tirada do ramo, e — furtando-se aos olhares das pessôas que a rodeavam — levou-a a pejada á boca e devorou-a tão avidamente como a criança gulosa de um biscouto.

A pobre moça ficou completamente satisfeita, e o singular alimento foi talvez perfeitamente digerido, pois não transtornou — nem de leve — o seu systema digestivo, tranquillisando-se porfim a familia, que temia grave desordem como consequencia d'aquelle *desejo*.

Em outras occasiões o capricho não tem

por objectivo a comida, variando até o infinito os *desejos* da pejada. Citam as antigas chronicas o capricho da espôsa do sabio Camerio, que *desejou* quebrar uma porção de ovos na calva do proprio marido; e outra que—por uma aberração diametralmente opposta—*desejou* que o marido lhe désse uma sova de chicote.

Se bem nos recordâmos, ouvimos do sr. Barão de Theresopolis, nosso prezado mestre, o seguinte caso. Um portuguezinho, tão timido quanto attenciôso, entregava pão n'uma casa das Larangeiras. Ao cabo de dous annos, casa-se uma interessante moça da familia, retirando-se logo com o marido para outro arrabalde.

De repente, a joven noiva manifesta um *desejo*, que ella propria não póde definir.

Fica triste, pensativa. Interrogada, responde vagamente, cheia de susto e acanhamento. Porfim declarou á muito custo que — sem poder dominar-se — sentia desejos immensos de *morder a orelha* do moço do pão, que ella não via desd'o seu noivado, mas cuja physionomia—pela estranha fealdade — lhe ficára na lembrança. O capricho provocou a esperada hilaridade. Era inexequivel; primeiramente pela na-

tural recusa do pobre rapaz, e depois porque—tendo já sido despedido pelo patrão—entregava-se a novo meio de vida, ignorando-se ao certo o rumo que tomára.

O médico privativo da familia foi ouvido. Annunciando á moça o seu estado interessante, aconselhou-a que se dissuadisse de similhante extravagancia, o que facilmente alcançaria distrahindo a sua attenção para outro lado.

Debalde! cahio em assustadôra melancolia. O marido, porém, sobre quem pesava mais de perto as consequencias do estado a que chegára sua encantadora companheira, poz-se em busca do rapazito, que obtivera — n'esse entretempo — um modesto lugar n'uma cocheira em S. Christovão. Abordado sobre o motivo da visita, negou-se terminantemente, ameaçando queixar-se á autoridade respectiva. Duplicou-se, triplicou-se a esportula,—debalde! o receio de perder a orelha justificava a recusa. Triumphou afinal o ouro sobre a razão, e n'esse mesmo dia o *desejo* foi cumprido. A moça desembaraçou-se d'aquelle tropêço ao seu bem-estar, e o sacrificado—com o premio de sua condescendencia—poude começar a sua carreira de commerciante.

Pertencem estes factos á ordem dos ri-

diculos; outros ha, porém, que podem perfeitamente ser chamados utilitarios: taes são, por exemplo, os caprichos da mulher que se inclina perdidamente pelas joias que vê encerradas nas scintillantes vitrinas do Rezende, Farani, Souza, Silbelberg; — os das d'aquella'outra que não póde passar pela Notre-Dame, Palais Royal, Villaverde, Zenha, sem desejar irresistivelmente o mais rico vestido d'entre os que se acham expostos. Felizes *victimas* de taes *desejos*, quando o céo depara-lhes um marido condescendente, e que possue meios de fortuna para não contrarial-as!

A proposito, não nos podemos esquivar do *desejo* (oh!) de contar uma anedocta, que vem na *Hygiene do casamento* do celebre Manlau.

E' uma carta dirigida a certo amigo por um marido que lamenta-se da desgraça á que chegára com os *desejos* da espôsa! « Minha mulher, narra o martyr, cada vez que sente-se pejada, tem os caprichos mais extravagantes e ruinosos. Ora *deseja* que lhe compre um coupé novo, com cavallos brancos; ora dá-lhe o *desejo* por baixellas de prata, ou apparêlho completo para chá, da mais fina porcellana do Japão; ora, finalmente. *deseja* reformar completamente todos os móveis da

casa, inclusive o trem da cosinha, todos seus vestidos, e toda a roupa branca ! Garanto-te, meu amigo,que—com poucos *desejos* d'esta força — dar-me-hei por fallido, sendo eu — não obstante—como sabes—bastante rico.

Felizmente, á terceira barriga, mudou-se-lhe a fantasia, e apenas exigio tortas de carne de veado, e — logo depois—solas de cordovão,que roía e mastigava com suprema delicia... (!) Outra vez, precipitou-se de joêlhos para arrancar—de uma só dentada—as orêlhas de um leitãosinho que girava no meo assador mecanico... (!) Satisfaço com prazer os caprichos do seo palladar, e por nada lh'os negaria, ainda que me fosse necessario mantêl-a exclusivamente com ervilhas frescas em Abril, morangos em Maio, ou damascos em Junho;desespero-me,porém, quando lhe dá a fantasia para comer gêsso, sôb o pretexto do que o nosso filhinho virá alvo como um cysne;e— para cúmulo da infelicidade—obriga-me, á mim, á mim que nada mais posso influir na alvura do innocente, a comer tambem barro, exigencia essa a que não posso excusar-me ! Deos me perdôe !

Não sei qual será agora o seo primeiro *desejo :* estou receioso que não lhe dê o capricho por cousas asquerosas, ou de alto custo. Se conheces algum remedio para os

caprichos das pejadas, manda-m'o por todos os santos da côrte celeste. Digo-te á puridade que se me tivesse de casar outra vez—exigiria no contracto de casamento a inserção de uma clausula, em virtude da qual meo novo sogro se obrigasse a satisfazer e pagar os *desejos* da filha ! »

Não é tão difficil, como parece, dominar esses caprichos ; em muitas occasiões basta um pouco de geito, e saber encontrar o lado flexivel da mulher para convencêl-a do êrro, acreditando desejo irresistivel e invencivel aquillo que não passa de mero capricho, perfeitamente dominavel quando para isso haja bastante fôrça de vontade; portanto, todas as vezes que se tratar de *desejos*,cuja satisfação possa ser nociva á saúde, ou que — mesmo não sendo — tornem-se taes desejos repugnantes,e offendem sensivelmente a susceptibilidade d'aquelles que rodeiam a pejada, devemo-nos oppôr a elles sem o menor escrupulo. E até onde não chegue a carinhosa autoridade do marido,chegará a ordem severa do médico que — usando de toda a precisa prudencia—encontrará valiosos argumentos com os quaes convença a mulher, mórmente quando esta tem n'elle depositada confiança, estima e consideração.

Por nossa parte, asseguràmos que os dese-

jos não satisfeitos não prejudicam: a criança se desenvolverá, attingindo sua completa perfeição á despeito de todas essas aberrações que tanto fazem soffrer as mãis; ao passo que da satisfação desses caprichos é que muitas vezes póde ser prejudicada a criança, já alterando-lhe a saúde, já embaraçando-lhe o desenvolvimento, já —finalmente—occasionando o abôrto ou o parto prematuro. Para alterar ás condições de saúde basta que a mãi persista em comer sal, gêsso, barro, terra, ou quaesquer outras substancias nocivas. De taes perversões do paladar resultará necessariamente perversão do sangue materno, e — por consequencia — graves transtornos na vida uterina do féto,cujo delicado organismo soffrerá uma especie de envenenamento.

Que responsabilidade não caberá, pois,em tal caso á mãi que —para satisfazer um capricho nervoso—attentou por esse modo contra a integridade da saúde, e, — quem sabe! da vida do proprio filho?

Convençam-se, pois, todas as senhoras n'este estado, que o unico partido a tomar é resistir, violentar-se a si mesma antes que ceder ao perigo fugaz de satisfazer pequenos desejos, comprados a troco de serios perigos para o filho estremecido de suas entranhas.

Quando o marido procurar conduzir por melhor caminho taes desejos e inclinações, é sempre preferivel acquiescer, e — mais do que tudo — ouvir e seguir os conselhos dos homens da sciencia: são elles que — em nome da saúde — e principalmente do interesse e porvir do innocentinho que vae ser o encanto e a felicidade de ambos—lhes exige uma resolução firme no proceder, de accôrdo com as leis que regem o bom senso.

Estamos convencidos de que na maioria das vezes em que as familias se esforçam para distrahir a imaginação de uma espôsa ou filha prêsa dos taes *desejos*, conseguir-se-hia resultados mais felizes si se lhe fallasse a linguagem franca e convincente da sciencia, porque a mulher é por natureza docil: a verdade penetra-lhe tão facilmente o espirito como abre seo coração espontaneamente á todos os sentimentos delicados, de modo que—nos dirigindo ao mesmo tempo á intelligencia e ao coração — é impossivel não obter o que pretendemos.

Por esse meio, tão aceitavel pela bôa razão, chegaremos a convencêl-a de que não ha risco algum em dominar seus desejos, sendo uma puerilidade acreditar que taes caprichos contrariados produzem certos signaes na pelle da creança, aos quaes se dá o nome de *nœvi.*

Bastará lembrar-lhes muitos casos de senhoras que —nas mesmas circumstancias —tiveram desejos, ou viram-se dominadas por impressões permanentes ou passageiras, fantasias imaginosas ou preoccupações fixas, sem comtudo darem á luz crianças monstruosas ou marcadas com esses signaes.

Se isso fôsse certo e invariavel, quantos phenomenos dessa natureza não se viriam no mundo, e de quantos signaes extravagantes não andaria coberta a especie humana ! Quasi se poderia assegurar que a raridade estaria da parte daquelles que não trouxessem signal algum.

Com razão Plessman, tratando d'esse assumpto, diz : a imaginação das mãis representa o principal papel n'esta classe de phenomenos, porquanto—pelo engenho proprio de seo sexo—encontra sempre pontos de semelhança entre certos objectos e as mais leves manchas da pelle da criança, as quaes afinal não se parecem com cousa alguma pois apenas são meras formações physiologicas.

Esta é a verdade, e disso devem as mãis convencer-se.

A imaginação exerce realmente uma tal ou qual influencia no modo de ser da criança, dissemôl-o algures, quando de-

monstrámos a necessidade de manter-se a mais completa tranquillidade do espirito ; porém a influencia é de outra ordem, e manifesta-se—não por signaes externos—mas pelo desenvolvimento especial do systema nervôso da criança. Por isso attribuem-se algumas enfermidades, e particularmente a eclampsia e a epilepsia, ás paixões que por ventura a mãi experimentou durante a gestação. Os factos provam-n'o com tão manifesta evidencia, que a sciencia não trepida em firmar esse principio.

Fundados n'essa influencia da imaginação da mãi sobre o desenvolvimento do féto, escreveram-se duas obras de estimativa real : a *Megalantero pogenesia*, de Robert (1801), ou a arte de procrear filhos de talento e de bôas qualidades moraes ; e o *Callipedia*, de Claudio Quillet (1656), que é a arte de produzir filhcs bonitos.

O autor da primeira obra, distincto professor de Pariz, baseia seo systema, primeiramente na escôlha da espôsa, que deve ser dotada de talento, de espirito esclarecido, cuja imaginação—portanto—se occupe sempre de ideias elevadas ; em segundo lugar, na educação pshycologica da mulher durante prenhez. Partindo do principio da

influencia positiva da imaginação da mãi sobre o féto, é logico o systema de Robert; parece-me, porém, que na sua realisação prática devem apresentar-se muitas difficuldades e contradicções.

A outra obra, fundada nos mesmos principios, exige mais—como condição preliminar para attingir o objectivo—que os esposos sejam bonitos e perfeitos, physicamente fallando, e tenham idade proporcionada. Dados estes precedentes, actua-se sobre a imaginação da pejada, expôndo continuamente a seos olhos objectos que representem a belleza, conseguindo-se desse modo o ideal da formosura.

« Se tiveres a perseverança de conservar sempre diante d'ella o formôso Apollo, bello como elle sahirá teo filho »; diz um dos trêchos do referido poema.

Não se deixem, comtudo, deslumbrar por essas theorias, que tanto pódem ser illusões de poeta como exageração de naturalista enthusiasmado pela sua sciencia. Por nossa parte, crêmos que muito se terá já conseguido desterrando-se da imaginação da pejada as preoccupações, os fanatismos e as ideias absurdas, não tanto sôb o ponto de vista de poder gerar crianças bonitas e talentosas, como de poder mantêl-as sãs e

tornal-as viaveis; e essas devem ser as aspirações de todos, esposa, marido e médico.

Tudo quanto n'este sentido pudermos alcançar empregando, nós a convicção, e ellas a vontade bem dirigida, será de proveito real: a gestação caminhará com regularidade; serão menores os incidentes; o parto em dia proprio; vindo, finalmente, á luz uma criança com todas as garantias de saúde que póde ambicionar por um lado—a sciencia,—por outro, o amôr materno.

SEGUNDA PARTE

MOLESTIAS DA MULHER PEJADA

Até agora considerámos a gestação em sua marcha physiologica, sem levar em conta as molestias e perturbações que muitas vezes apparecem no percurso; e que — seguindo uma gradação crescente — podem chegar a constituir verdadeiros estados morbidos, enfermidades mesmas tão graves que exijam o emprêgo de meios heroicos. Quando taes accidentes sobrevenham não deve a pejada nem descural-os nem combatêl-os com remedios caseiros; só á sciencia compete resolver.

A prenhez — em muitas mulheres — segue sua marcha sem novidade, e —ainda— algumas são tão felizes, que não se apercebem do seu estado senão pela suspensão completamente tranquilla da funcção sexual ordinaria, e pelos signaes physicos ou positivos do féto na madre. Essa, porém, não é a regra geral, porque está na indole

mesmo da gestação o acarretar mudanças e alterações no modo de seos orgãos funccionarem, manifestando-se externamente por molestias tanto mais pronunciadas quanto mais se afasta do normal o exercicio de suas funcções.

O utero tem sympathias intimas com todos os outros apparelhos funccionaes, não directas, mas estabelecidas por intermedio do systema nervôso. Estas sympathias manifestam-se em todas as situações bem definidas do funccionalismo uterino; e é por isso que não ha molestia alguma d'essa viscera que não se faça acompanhar de symptomas mais ou menos acentuados para o lado de apparelho digestivo e dos centros encephalicos; a propria menstruação, não obstante ser um estado puramente physiologico, amiudadamente é seguida de algumas desordens, sendo muitas as senhoras que — nesse periodo — soffrem vomitos, dôres gastralgicas, cephaléas, etc.; e nem se póde dizer que as desordens já caracterisadas d'essa mesma funcção, vêm constantemente acompanhadas de manifestações notaveis de uma perturbação nervosa que communica-se a todos os apparelhos organicos. A sympathia do utero com os outros centros funccionaes, não póde deixar de notar-se em

grande escala na gravidez, durante a qual o orgão da gestação soffre mudanças profundas, — entra — se assim nos podemos expressar — em uma nova vida, — importantes funcções — antes desconhecidas — lhe são agora confiadas, e—não póde desempenhar—como lhe cumpre—o seu elevado papel na formação, conservação e nutrição do novo ser, senão com o desenvolvimento de uma poderosa fôrça, transmittida pelo systema nervôso, á custa talvez do que deve a outros orgãos, que acham-se n'essa occasião como que adormecidos. De todas as maneiras, e prescindindo dos meios de que dispõe a sciencia para explicar essas sympathias, a verdade é que existem; e — se unirmos a ellas as muitas distensões que soffre o peritoneo com o crescimento do utero, as compressões que esse mesmo utero exerce, quer sobre os grandes vasos que atravessam a bacia, quer sobre os intestinos e estomago, teremos formulado um conjuncto de causas bastantes para dispertar e entreter a serie de desordens funccionaes communmente encontradas na prenhez, e que somos obrigados a corrigir por todos os meios que a sciencia deposita em nossas mãos, collocando com a mesma confiança ao alcance das proprias pejadas aquelles que — por sua

singeleza, facilidade ou inocuidade—possam pôr em prática logo que se sintam accommettidas por algumas dessas molestias.

Cumpre não deslembrar que a observancia de uma bôa hygiene, nos têrmos em que a exposemos na primeira parte deste livro, é o meio mais efficaz para prevenir muitas indisposições, e até mesmo molestias, sobretudo nas senhoras que habitam os grandes centros, as quaes — por sua constituição excessivamente debil, seos habitos sedentarios, e falta de bôas condições no ar respiravel — estão mais propensas a toda casta de desordens funccionaes.

Na roça, onde a vida é muito outra, as senhoras não trocam o dia pela noite, nem se entregam a esses prazeres que põem em contigencia a sensibilidade nervosa. Respirando um ar puro e oxygenado, exercitando a musculação nos passeios á pe ou á cavallo, no cultivo das flôres, na criação domestica, e em tantos outros misteres tão proprios da vida campesina, que occupa as horas, alegra o espirito e activa a imaginação, a mulher adquire por esse modo elementos taes de robustez organica que a gestação para ellas, longe de acarretar incommodos, é o complemento da sua existencia physica e da sua missão moral.

As senhoras que vivem, porém, nas cidades, se não podem ter a mesma vida calma, tranquilla e ao mesmo tempo laboriosa e vivaz, procurem ao menos no periodo da gestação modelar o quanto possam o seu viver pelo das roceiras, no tocante aos exercicios physicos, as distracções moraes, a serenidade dos dias, o repouso das noites, e sobretudo a alimentação sadia, regular e abundante.

Todavia, como isto nem sempre se observa, e — embora observando-se — é possivel que não se consiga muitas vezes por condições especiaes o desejado fim, cumpre quanto antes tratar dos meios de combater ou moderar as molestias inherentes á prenhez, que são — principalmente — os vomitos e as nauseas, o ptyalismo ou salivação, a gastralgia, a anorexia, a diarrhéa, colicas e a prisão do ventre ; hemorrhoidas, edema ou inchação das extremidades inferiores, a oppressão do peito, dôres nos seios, vertigens e desmaios, caimbras, e varios outros estados que se referem, uns ao systema circulatorio, outros ao nervôso.

Todos elles têem um typo commum, o de ser excessivamente caprichôso em sua manifestação : de sorte que tal symptoma — resistindo a todos os meios racionaes

de tratamento — desapparece como por encanto sem motivo conhecido, e torna a apparecer sem causa apreciavel, com a mesma violencia primitiva ; todos esses accidentes, por mais violentos que sejam, costumam cessar logo que se effectua o parto, ou — ainda—em muitas occasiões—com a morte do féto dentro do claustro materno, mesmo que não se dê logo a sua expulsão.

Isto explica como se tornam muitas vezes inuteis os tratamentos ainda os mais bem dirigidos na cura de certas affecções,ao passo que se tranquillisa a paciente, assegurando-lhe que ficará livre de todas as molestias logo que saia do seu estado interessante, e isso sem que fique — na generalidade — vestigio algum de taes incommodos.

Os *vomitos* e as *nauseas* constituem um dos phenomenos morbidos mais constantes da prenhez, a ponto de serem geralmente considerados como signal certo desse estado; e—na verdade—é tambem um dos primeiros symptomas que apparecem, subsistindo — n'algumas mulheres — durante todo o periodo da prenhez. Outras ha,no emtanto,que nada soffrem nesse sentido durante toda a gestação. Quando taes symptomas apparecem, nem sempre se dá na mesma época, nem affectam o mesmo caracter ; d'esse

modo, em alguns casos observa-se a simples nausea, vontade de lançar acompanhada muitas vezes mesmo de vomitos spasmodicos do estomago, que sobrevem por qualquer cousa e até espontaneamente sem motivo conhecido, cessando tambem do mesmo modo sem esfôrço nem emprêgo de meio algum; não dando, porém, geralmente, em occasião alguma lugar á expulsão das substancias contidas no estomago. Outras vezes são nauseas que excitam-se pela manhã quando a pejada se levanta da cama e está em jejum, terminando então regularmente pelo arrôjo de pequena quantidade de bile, ou de succos gastricos, unica substancia que póde soffrer a acção das contracções do estomago.

Em outras occasiões o vomito apparece depois da refeição ou no proprio acto de tomal-a, como se os primeiros alimentos ingeridos provocassem a susceptibilidade gastrica; n'este caso ha regeição dos alimentos e bebidas, constituindo o verdadeiro vomito.

N'algumas pessôas combinam-se ás vezes todas estas fórmas, vendo-se — n'um só dia — simples nauseas, vomitos biliosos e vomitos de substancias alimentares.

De todas, a fórma mais grave e que mais séria attenção exige da parte do médico, é

aquella em que os vomitos são quasi constantes, e nada, nada deixam absolutamente conservar-se no estomago, que repelle tudo quanto recebe mal o ingerido entra em contacto com as suas parêdes. Quando se dão estes casos a mulher enfraquece, perde rapidamente as fôrças por falta de alimentação, cahindo por fim em um marasmo ou consumpção, cujo desenlace é frequentemente a morte. O mais extraordinario, e o que mais merecidamente tem chamado a attenção dos physiologistas, é que o féto quasi não se ressente da falta de nutrição materna, sendo curioso de vêr-se que — ao passo que esta desfallece de inanição — dá á luz uma criança roliça, espadaúda, e gosando das melhores condições de desenvolvimento physico.

Felizmente esta fórma grave, conhecida pelo nome de *vomitos incoercíveis*, não é frequente, e — mais ou menos — cedem logo á principio, e antes da pejada chegar ao estado da mais triste prostração, havendo a cautéla de combater a enfermidade, não rotinariamente — mas de accórdo com os preceitos scientificos modernos.

Não se apresenta com igual frequencia em todo e qualquer periodo da gravidez a perturbação de que estamos tratando; ge-

ralmente apparece logo á principio, e — em umas, quasi immediatamente depois da concepção, — em outras, no segundo mez, sendo muito commum sobrevir no principio do segundo mez, isto, é, coincidindo com a primeira falta de menstruaçao; subsistem em seguida até o terceiro e quarto para cessar então e deixar tranquilla á pejada até os trez ultimos mezes, em cuja época tornam — as mais das vezes — a apresentar-se com insistencia. Durante os trez primeiros mezes predominam as simples nauseas e os vomitos biliosos que se apresentam pela manhã, ou quando a mulher passa muito tempo sem comer; no fim da prenhez, inversamente, os vomitos costumam a ser de substancias ingeridas no estomago, parecendo indicar que a causa que os produz n'uma e n'outra época não é a mesma.

A irritação sympathica do estomago, sôb a influencia do novo estado funccional do utero, deve indubitavelmente ser reputado como o ponto de partida capital em todos casos, tendo-se, porém, em consideração que nos ultimos tempos actua outra causa que não existia á principio, isto é, a compressão exercida sobre todo o apparelho gastro-intestinal pelo utero que adquire então um volume enorme, devendo necessa-

riamente difficultar a livre ampliação do estomago, excitando por este meio o vomito quasi mecanicamente.

Sôb qualquer aspecto,porém,que se apresente, a persistencia do vomito com alguma tenacidade constitue uma das molestias mais importunas, visto como — além da tristeza que occasiona — coarcta ao mesmo tempo a liberdade da paciente que se vê na dura contigencia de—a todo o momento— estar a expellir o que no estomago se contém, podendo tambem — mas raramente— fazer perigar a vida da mulher, ou—quando menos — affectar profundamente sua constituição organica.

Em geral, nos casos mais frequentes em que os vomitos—por sua pouca insistencia —não apresentam condições especiaes de gravidade,é um phenomeno que cessa por si mesmo, combatendo-se perfeitamente com as simples precauções hygienicas. As nauseas que se apresentam pela manhã cessam muitas vezes tendo-se apenas a precaução de tomar algum alimentosinho ao levantar da cama. Este meio basta muitas vezes; mas, se com isso não desapparece o mal, consegue-se ao menos tornar as nauseas menos afflictivas, porque—havendo alguma cousa no estomago sobre a qual possam

actuar as contracções — é expellido com menos angustia do que quando sómente se consegue deitar um pouco de bile ou muco depois de cansativos esforços.

As nauseas que sobreveem no correr do dia estando a pejada com o estomago vasio, basta para combatel-as algum alimentosinho que entretenha a susceptibilidade gastrica.

A mudança de regimen basta muitas vezes para sustar os vomitos ; assim pois é sempre bom alterar em taes casos as horas das refeições, ou então tomar alimentos leves e com alguma frequencia, de maneira que a digestão—não sendo custosa—mantenha-se o trabalho gastrico, o que serve admiravelmente em muitas occasiões para restabelecer o estado normal.

Igual effeito produzem os antispasmodicos brandos, entre os quaes sobresahe—pela generalisação do seu uso— o xarope de flôres de larangeira.

Um dos meios mais acreditados é o subnitrato de bismutho, com o qual se obtem resultados espantosos. Lembrarei — pela facil acquisição—um dos seus preparados mais modernos, o cremor de bismutho, de Quesneville. Uma dóse medida com a colherinha de marfim que acompanha cada frasco, tomada trez vezes ao dia, antes das

refeições se o vomito costuma a vir depois dellas, ou quando o estomago está vasio se é simplesmente devido a esta circumstancia. Tanto basta para debellar em pouco tempo a molestia, sendo por outro lado uma medicação isenta de inconvenientes, desde que não se abusa do seo emprêgo.

As bebidas aromaticas e theiformes, como sejam as infusões de chá da India, macella, louro, herva-doce, herva cidreira, tilia, etc., raramente produzem effeito, occasionando quasi sempre uma relaxação do estomago que—longe de evitar a reproducção dos vomitos— favorece-a. Unicamente quando os vomitos são entretidos por más digestões, e a mulher saiba por experiencia que qualquer daquellas beberagens é bem applicada, poderá usal-as com segurança nos seos resultados.

O gêlo é um meio tão heroico quanto innocente, principalmente nos casos de vomitos caprichosos que sobreveem muito tempo depois da ingestão dos alimentos; nessas condições um sorvete de fructa tomado depois da comida, apressando a digestão fará com que não appareça o vomito. O gêlo partido em pequenos fragmentos e ingerido sem que se derreta na bôcca, ou mesmo applicado sobre o estomago, jugu-

lará do mesmo modo o vomito, na occasião em que torna-se quasi permanente a vontade de lançar.

Algumas senhoras affectadas de vomitos na prenhez expellem ás vezes sangue provocado pelos esforços do arrôjo. Isso, porém, não é cousa de assustar; pois facil é de vêr que a violencia que se emprega, sobretudo quando os vomitos são sêccos, isto é, que limitam-se a nauseas e expulsão de bile, occasionem a ruptura de alguns capillares injectados, sahindo então só, ou com as substancias expellidas, algum sangue. Nessas occasiões aconselhâmos com mais segurança ainda o gêlo, quer sôb a fórma do sorvete, quer na de pequenos pedaços. De ordinario bastam estas applicações para sustar rapidamente aquelle phenomeno. Não se conseguindo, e sendo muita a quantidade do sangue expellido, será prudente ouvir o médico que empregará os meios mais energicos, segundo as exigencias do caso; porém, insisto em advertir, que não se devem assustar nem nas maiores abundancias de sangue, pois o phenomeno não tem as consequencias que á primeira vista parece; e, desde que seja convenientemente tratado, não deixa sequer o mais leve vestigio.

Acontecendo, porém, que o médico não

acuda de prompto, ou que a pejada — longe de recursos — não possa continuar a perder sangue, preconisâmos as fórmulas adiante prescriptas, mandadas aviar sôb a minha responsabilidade.

Os vomitos nos ultimos tempos da prenhez, quasi sempre devidos á compressão que o utero exerce sobre o estomago, exigem o maior esmêro no regimen; cumprindo — além de tudo — que a alimentação seja tomada em pequenas quantidades, circumstancia que presuppõe logo que será nutritiva e amiudada. Só assim consiguiremos que o estomago elabore a quantidade de que o côrpo carece para sua nutrição.

Surte tambem bom effeito a mudança para a roça: os passeios ao ar livre facilitam muito os movimentos visceraes, tornando ao mesmo tempo os orgãos mais tolerantes.

Quando por nem um dos indicados meios se consiga o desejado allivio, e os vomitos continuem cada vez mais teimosos, ouça-se médico: na sua falta, empreguem-se — á porfia — as fórmulas adiante prescriptas.

As senhoras affeitas a essa molestia na prenhez, contrahem por fim um máo habito que se torna cada vez mais incommodo e perigoso. O meio mais efficaz para corrigil-o e minorar progressivamente esse terrivel

mal, é tomar durante o tempo que medeia entre uma e outra gestação as ágoas mineraes acidulo-gazosas, preconisadas para o tratamento das gastralgias. Vichy e Vals são magnificas, e as temos verdadeiras no mercado. As de Vals, principalmente, dão-nos maravilhosos resultados: podem até ser empregadas sem inconveniente nos primeiros tempos da gestação. Agoa de Seltz, pura ou misturada com vinho, á comida.— Carne crúa, pisada. Se a debilidade é excessiva, musculina de Guichon. Leite de vacca ou de cabra; leite com aguardente; leite com cognac.— Agoa de Alet, de Bussang; Sedlitz. — Um calicesinho de kirsch, puro ou desmanchado n'ágoa adoçada.— Agoa de canella.— Champagne; champagne gelado.— Agoardente; laranjinha; herva-doce alcoolisada. — Tisana de centaurea menor, de quassia amara; raiz de calumba em pó: 50 centigr. a 1,0 por dia em 150,0 de ágoa a ferver, para tomar ás colheres de sôpa. Valeriana em pó, 2,0 a 4,0 em igual quantidade de ágoa, para tomar do mesmo modo.

Solução de gomma	125.0
Agoa de hortelã-pimenta. . . .	30.0

A's colheres de sôpa.

Julepo gommôso 125.0
Agoa de louro-cereja. 20.0

A's colheres de sôpa.

Aproveita muitissimo, pela manhã e á noite, n'um calice de ágoa adoçada, dez gottas d'esta mistura, de minha fórmula e uso:

Agoa de louro-cereja 30.0
Tint. de calumba. 4.0
Tint. de noz-vomica. 1.0
Licôr de Mac-Muuns. 2.0
Solução de gomma 120.0
Licôr anodyno de Hoffmann . . . 15.0

A's colheres de sôpa.

Agoa distillada . . . . . 100 gram.
Bicarbonato de potassa . 8.0
Sulfato de morphina. . . 0.5 decigram.
Caldo de limão 30.0

Misture uma colherinha do caldo de limão na solução do sulfato de morphina e do bi-carbonato, e beba immediatamente.

Caldo fresco de limão . . 15.0
Agoa de canella 60.0
Agoa de hortelã 90.0
Agoa de louro-cereja. . . 15.0
Extracto de belladona . . 10 centigr.
Extracto de opio . . . . . 5 centigr.
Tintura de noz-vomica. . 12 gottas.
Tintura de calumba . . . 18 gottas.
Xarope de dormideiras. . 30.0

A's colheres de sôpa, de 2 em 2 horas.

Do meu uso.

POÇÃO DE LAEN

Carbonato de cal.	2.0	
Xarope de limão.	30.0	
Licôr de Hoffmann . . .	12	gottas.
Laudano de Sydenhan. .	18	gottas.
Agoa de hortelã	30.0	
Agoa de melissa	100.0	

A's colheres de sòpa.

MISTURA ANTI-VOMITIVA, DE ENLEMBERG

Tintura de iodo	1.0
Alcool rectificado	12.0

Misture.— 3 gottas, várias vezes ao dia, n'uma colher de infusão aromatica.

POÇÃO ANTI-VOMITIVA

Tintura de iodo.	10	gottas.
Agoa distillada	100.0	
Xarope de cascas de laranja amarga.	30.0	

Misture. A's colhereres de chá; e mesmo ás colheres de sôpa, nos casos mais rebeldes.

SOLUÇÃO ANTI-VOMITIVA

Iodureto de potassio. . .	1.0
Agoa distillada	125.0

Duas colheres de sôpa por dia, de manhã e á tarde.

Magnesia calcinada . . .	5 decigram.
Assucar branco	1 gram.

M.— Para um papel. 3 a 6 papeis destes ao dia.

Pepsina liquida, de Corvisart.
Vinho e elixir de pepsina, de Mialhe.

Bons preparados.

Peptone, de Defresne.
Vinho tonico do pharm. Dr. Diniz.
Magnificos preparados.

Chloral hydratado. . . .	4.0
Xarope de groseille. . . .	180.0

Trez colheres de chá por dia, n'um calix d'ágoa fresca.

PILULAS DE FERRO REDUZIDO E DE PEPSINA

(*Reveil*)

Pepsina pura	1 decigram.
Ferro reduzido.	5 centigr.
Extracto de absinthio . .	5 »
Mel branco e raiz de alcaçuz em pó	q. b.

F. 1 pilula. 3 por dia. De manhã, ao meio dia e á tarde.

Externamente :

Compressas embebidas em chloroformio, sobre o estomago. Ventosas sêccas. Clysteres de caldo ; clysteres de leite ; clysteres de ágoa de louro-cereja.

Cosimento fraco de fôlhas de belladona.	200 gram.
Oleo de linhaça	100 gram.

Cosa até que se evapore a humidade.

Junte-lhe :

Farinha de linhaça. . . .	50 gram.
Laudano.	15 gram.

Applique sobre o estomago.

Extracto de belladona . .	15.0
Agoa.	quanto baste

para dar-lhe certa consistencia.

Fricções ao estomago.

Linimento saponaceo. . .	30.0
Tintura d'opio.	8.0

Fricções ao estomago.

Emplasto de sabão. . . .	30.0
Extracto de belladona . .	15.0
Extracto d'opio	20 centigr.
Camphora	15.0

F. s. a. um emplasto, e applique-o sobre o estomago.

EMPLASTO BELLADONADO *de Guéneau de Mussy*

Emplasto diachylão . . .	aña duas partes.
Emplasto de theriaga. . .	
Emplasto de belladona. .	uma parte.

F. s. a. um epithêma de dôze centimetros de diametro. Sobre o estomago. Póde ser conservado sem inconveniente por espaço de 12 a 15 dias.

Raiz de valeriana, pisada.

Para banhos de assento.

Fôlhas de belladona . . .	1 parte.
Fôlhas de malva	4 partes.
Agoa.	

Para banhos de assento.

Formulario dos vomitos de sangue.

O silencio, repouso, posição horisontal, animar o doente.

Gêlo na bôca do estomago. Sinapismo nas mãos, nos braços.

Leite frio, puro; leite quinado, frio.

Leite frio	60.0
Alumen	1.0

De uma vez.

Rosas rubras.	15 gram.
Agoa a ferver	150 gram.

Côe. Duas colheres de sòpa, de $^1/_2$ em $^1/_2$ hora.

Agoa.	120 gram.
Vinagre bom.	30 gottas.

A's colheres de sôpa, de $^1/_2$ em $^1/_2$ hora.

Cosimento de cascas de romã.	120 gram.
Vinagre bom	10 gottas.

A's colheres de sôpa.

Solução normal de perchlorureto de ferro. . .	5 gram.
Xarope de assucar. . . .	30 »
Agoa de flôres de larangeira.	10 »
Agoa commum.	100 »

A's colherinhas, de $^1/_4$ em $^1/_4$ de hora.

POÇÃO ADSTRINGENTE

Sulfato de ferro.	2 gram.
Poção gommosa	120 gram.

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

POÇÃO ACIDA

Agoa de Rabel.	2 gram.
Agoa adoçada	120 »

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

Acido sulfurico diluido. .	20 gram.
Agoa.	120 »
Xarope de assucar	30 »

Duas colheres de sôpa de $^1/_2$ em $^1/_2$ hora.

Acido sulfurico diluido. .	4 gram.
Agoa de hortelã.	180 »
Xarope de limão.	20 »

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

Rosas rubras.	1 punhado
Flôres de camomilla. . . .	1 pugillo
Agoa a ferver	250.0
Côe; e junte-lhe:	
Sulfato de zinco.	20 centigr
Xarope de limão	30.0

A's colheres de sôpa, de 2 em 2 horas.

PILULAS ADSTRINGENTES

Alumen	anã 2 decigram.
Cato.	

F. uma pilula. 10 a 12 por dia.

OUTRAS, COM OPIO

Cato	12 centigram.
Alumen	6 »
Opio	2 »
Xarope de rosas rubras. .	q.b.

Para uma pilula. Uma de 2 em 2 horas.

POÇÃO ADSTRINGENTE

Alumen	2 a 4 gram.
Agoa distillada.	140 »
Xarope de gomma	60 »

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

OUTRA

Extracto de ratanhia . .	5 gram.
Alumen.	5 decigram.
Infusão de rosas silvestres	150 gram.
Xarope de rosas rubras .	aña 30 »
Xarope de cato	
Agoa de Rabel	15 gottas

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

OUTRA

Extracto molle de ratanhia	2 gram.
Agoa.	100 »
Xarope de marmellos. . .	40 »

Em 6 vezes, com intervallo de $^1/_2$ hora.

PILULAS COMPOSTAS

Alumen	5 gram.
Canella em pó.	20 »
Opio purificado.	2 centigram.

Divida em quatro doses. Uma, de quatro em quatro horas.

POÇÃO ALUMINOSA

Alumen	6 gram.
Agua de rosas.	150 gram.
Xarope de consolida-maior	20 gram.

A's colheres de sôpa.

CALDO ADSTRINGENTE

Raiz de consolida-maior . .	
de tormentilla	anã 30 gram.
de bistorta	
Caldo de frango	1 kilo

Reduza á metade pela cocção. A's meias chicaras.

—

Destruida a reacção, alimentação excessivamente leve e graduada; abstenção completa dos estimulantes, vinhos, café, pimenta, etc.

Tratamento dosimetrico

NAUSEAS

Convém usar: Sedlitz de Chanteaud, uma pequena colher em meio copo d'agua adoçada, todas as manhans; e um granulo de quassina, de hora em hora.

VOMITOS SIMPLES

Sedlitz de Chanteaud, uma pequena colher em meio copo d'agua gelada: ás colheres grandes de quarto em quarto d'hora, e quassina com chlorhydrato de morphina, um granulo de cada

um, simultaneamente,de quarto em quarto d'hora. Tome a colher do Sedlitz sobre cada dose dos granulos.

VOMITOS DE MATERIAS ALIMENTICIAS

Granulos de arseniato ou sulfato ou hypophosphito de strychnina, um de 2 em 2 horas, com outro de hyosciamina, quatro a seis vezes por dia, conforme a intensidade e abundancia dos vomitos.

VOMITOS INCOERCIVEIS

Granulos de hyosciamina;
Granulos de chlorhydrato, ou bromhydrato ou iodhydrato de morphina,um de cada um dos dois, simultaneamente, de meia em meia hora, de hora em hora, de 2 em 2 horas, conforme a intensidade dos vomitos.

Si não cederem com estes medicamentos, a doente deve usar:

Granulos de cicutina;
Granulos de atropina, um de cada um, simultaneamente, de meia em meia hora, de hora em hora, de 2 em 2 horas, conforme a gravidade do caso,

VOMITOS DE SANGUE

Granulos de quassina,
Granulos de acido tannico,
Granulos de chlorhydrato de morphina,
um de cada um, simultaneamente, de quarto em quarto d'hora, de meia em meia hora, de hora em hora, conforme a intensidade e a quantidade de sangue.

E' conveniente acompanhar os granulos com meio calice d'agua gelada.

VOMITOS POR COMPRESSÃO, ETC.

Granulos de atropina,
Granulos de sulfato de strychnina,
um de cada um, simultaneamente, de 2 em 2 horas, de 3 em 3 horas, de quatro em quatro horas, conforme a intensidade dos phenomenos de compressão.

Tratamento homeopathico

Esclarecimentos uteis

As doenças, que sobrevém ás mulheres pejadas, são tratadas com os mesmos medicamentos, que se applicam em qualquer outro estado.

A tenuidade e simplicidade dos nossos medicamentos não causam desordens, que possam prejudicar o estado da gestação.

Não obstante, ha certas affecções que atacam especialmente a mulher no estado de gravidez, e cujo tratamento é por isso tambem especial.

Os medicamentos podem ser em globulos, ou tinturas dynamisadas.

O numero de globulos deve ser de oito a dez em sessenta grammas d'ágoa pura; si fôrem em tintura, duas gottas para a mesma quantidade de ágoa (60 grammas).

O intervallo das applicações em casos não graves deve ser de 3 em 3 horas, ou de 4 em 4; podendo em casos, que não apresentem nenhuma gravidade, ser de 6 em 6, ou mesmo de 12 em 12 horas. Uma colher de sôpa não muito grande é dóse sufficiente para cada vez.

Quando haja melhora, o intervallo de applicação deve ser espaçado; e mesmo cessar a applicação do remedio, quando haja melhora satisfactoria.

NAUSEAS E VOMITOS

Qualquer destes soffrimentos pede *Ipec.*, *nux vom.*; ou *puls.*, *magnesia-muriatica*; *sepia.*

Sendo vomito de sangue, e não havendo cedido a qualquer dos medicamentos apontados, convém *carb-veg*, *millefoll*, *china*.

Para os vomitos incoerciveis *Phosph.*, *veratrum album*, *puls*; *sepia*.

——

A *salivação* ou *ptyalismo* é outro incommodo de que tambem se queixam as pejadas, logo aos primeiros dias de gravidez. Acompanha muitas vezes as nauseas. Geralmente dura pouco tempo, desvanecendo-se por si mesma, sem necessidade de meios energicos para contêl-a. Não é raro fazer-se preceder de dôr gastralgica ou de outras molestias da mesma ordem nervosa: nunca chega, porém, a tomar uma fórma grave, nem mesmo a ser encarada como molestia essencial; não passa de uma cousa aborrecida, que póde ás vezes tornar-se incommoda, principalmente ás senhoras que frequentam a sociedade.

Comquanto a salivação ceda espontaneamente, cumpre-me todavia apontar algum meiosinho brando que possa — quando menos — moderal-a nos casos mais teimosos.

A primeira cousa que a pejada tem a fazer, é tomar — durante as horas em que

a salivação se torna mais incommoda e obstinada — algumas colheradas de ágoa aromatica: as ágoas distilladas de melissa, flôres de larangeira, e — principalmente — de hortelã, são as preferiveis.

N'alguns casos consegue-se bom resultado tomando uma colherinha de magnesia pela manhã, maximè quando a salivação acompanha as nauseas que se apresentam á essa hora. A magnesia, actuando sobre os succos e a bile que se encontram no estomago, faz — de uma só vez — cessar as nauseas e a salivação.

Outro meio muito efficaz, e por demais simples, de moderar — e até de curar esse incommodo symptoma—é entreter na bôcca um pedacinho de gomma arabica ou um torrãosinho de assucar candi; ou — ainda — por sua facilidade entre nós — uma bala do Parto, ou pedacinho das de hortelã, althéa ou lima.

Far-se-hão gargarejos de raiz de althéa ou de mel rosado, ao principio; mais tarde —quando não surtam effeito — junte-se-lhes o decocto de rosas rubras, myrrha, fôlhas de goiabeira, arruda, hortelã, noz de galha, cascas de romã, tanchagem, e ainda pedra-hume, vinagre francez.

GARGAREJO ADSTRINGENTE

Infusão de noz de galha. 470,0
Mel de abelhas 60,0

De hora em hora.

OUTRO

Extracto de ratanhia 10,0
Tintura de ratanhia. 15,0
Agoa 300,0
Xarope de amoras. 60,0

De hora em hora.

OUTRO

Alumen. 15,0
Infusão de fôlhas de goiabeira 470,0

De hora em hora.

OUTRO

Alumen 15,0
Tannino. 4,0
Mel de abelhas. 30,0
Agoa de rosas. 120,0

Duas a seis vezes no dia, confórme a intensidade da molestia.

OUTRO

Alumen 6,0
Borax 4,0
Decocto de rosas rubras 500,0
Xarope de amoras. 60,0
Mel rosado 30,0

Do mesmo modo que ácima.

OUTRO

Chlorato de potassa	8,0
Agoa	470,0

Do mesmo modo,

Internamente :

XAROPE DE CASCAS DE LARANJAS FERRUGINOSO

(*Taborel*)

Cascas de laranjas da terra	400,0
Assucar	1200,0
Agoa	525,0
Alcool de 56º	57,0
Citrato de ferro ammoniacal.	15,0
Acido citrico.	2,0

Quebrem-se as cascas ; deixando-as macerar por tempo de trez dias em ágoa alcoolisada, distille para obter 100,0 de licôr aromatico; passe sem espressão o liquido que ficar na cucurbita, e faça com o assucar um xarope um tanto cozido, que se levará ao gráo desejado pela addição do licôr aromatico.

Por outro lado, dissolva o citrato de ferro e o acido citrico em uma pequena quantidade de ágoa, e junte ao xarope.

30,0 d'este xarope contém vinte e cinco centigr. de citrato de ferro.

Tome 4 colheres de sôpa por dia.

Tratamento dosimetrico

Granulos de arseniato ou sulfato ou hypophosphito de strychnina,
Granulos de iodureto de ferro, um de cada um, simultaneamente, de 2 em 2 horas ou de 3 em 3 horas, quatro á seis vezes por dia, conforme a intensidade da molestia.

Tratamento homeopathico

A salivação nas mulheres pejadas quando não cedem á *Nux vom.*, deve ser combatida por *Mercurius vivus*, *bell*, *nitri-acid*, *sulfur*, *sulfuris acidum.*
Si a salivação for effeito de applicações allopathicas de preparações mercuriaes, dà-se *heparsulf, nitri-acid*, *bell.*

A *gastralgia*, na qual se reduzem quasi sempre a maior parte das vulgarmente chamadas *dôres de estomago*, *fraqueza do estomago*, *espinhéla cahida*, é um dos achaques mais frequentes das pejadas. Sentem-n'as em todas as épocas; não obstante, á simelhança das demais affecções ácima descriptas, são mais communs no principio da gestação.

Sua origem póde ser tambem um estado espasmodico, como consequencia das novas funcções do organismo, tendo, portanto, perfeitamente assignalado o seu typo nervoso, comquanto n'alguns casos, e mais frequentemente, attribuamos a estados irritativos. Quando isso aconteça, será puramente accidental, podendo-se facilmente descobrir por outros symptomas a existencia da irritação gastrica. Na generalidade, a gastralgia annuncia-se pelo máo humor, arrôtos e bocêjos, pêso e molleza do côrpo, e — n'alguns casos — por verdadeira hypochondria, simulando o estado nervoso geral a que se dá o nome de hysterismo. N'algumas pessôas, a dôr gastralgica toma proporções assustadoras, tornando-se excessivamente forte, e fazendo-se acompanhar de arrôtos acidos, nauseas, e uma sensação de ardor ou abrasamento no ouco do estomago, que sóbe pelo esophago até a camara posterior da bôca, e mais pronunciada pela manhã, quando o estomago está vasio. N'um gráo mais elevado, essa sensação de calor, quer limitada ao epigastro, quer estendendo-se a todo o conducto esophagiano, torna-se cada vez mais intensa e quasi intoleravel, constituindo a *pyrosis :* a dôr irradia-se então a todo o peito e espadua, prende a

respiração, com accessos cuja apresentação, duração e intensidade não guardam typo algum fixo.

Apezar de tudo isso, o organismo não se altera, podendo-se até fazer perfeitamente bem as digestões, excepto nos casos em que a gastralgia e a pyrosis são mantidas por embaraços gastricos, saburras, etc., em cujo caso se attribuirá a molestia antes a um estado morbido do apparelho digestivo, que á prenhez.

Fóra desta excepção, nos intervallos em que a dôr desapparece, a mulher apparenta a mais perfeita saúde, podendo entregar-se aos seus affazeres ; e — o que mais ainda — faz as suas refeições com o mesmo sabôr de antes, se bem que a coarcte o receio de excitar — com a comida — a dôr, o que frequentemente acontece.

Uma das variedades dessas dôres é a *cãimbra do estomago*, nevralgia espasmodica d'essa viscera, que manifesta-se principalmente por sensação de laceração, de torsão violenta ou compressão, summamente angustiosa, provocando ao mesmo tempo suores e perda dos sentidos.

Na generalidade dos casos dura pouco, e cede instantaneamente, sem deixar vestigio algum ; si se prolonga e repete com certa

frequencia, chega a produzir syncopes, que assustam muito, e reclamam muita cautela.

Esta enfermidade, quando toca o seu auge, traz comsigo inteira resolução dos membros, as evacuações supprimem-se, a respiração e a circulação ficam como que sustadas ou refreadas; ás syncopes succede completa prostração, delirio e um máo estar de natureza tal que simula certo estado de gravidade muito proximo da morte. Felizmente assim não acontece, e nos poucos casos em que a dôr espasmodica attinge esse gráo de agudeza, consegue-se perfeitamente jugulal-a por meio de curativo racional bem dirigido. Por outro lado, a cãimbra do estomago que se observa nas pejadas, toma — na maioria das vezes — a fórma leve e passageira.

O tratamento de todas essas variedades da gastralgia, póde ser perfeitamente traçado, e do modo mais singelo, na generalidade.

A dôr, a simples dôr, acalma-se com o emprego do bismutho. Prefira-se o cremor de bismutho de Quesneville, já anteriormente por mim preconisado. Uma colherzinha de chá, quando ameace o accesso.

Se ás dôres acompanham azia e ardor ou sensação de abrasamento, tira-se muita

vantagem de umas pequenas dóses de magnesia, cujo effeito se garantirá juntando-lhe o carvão de Belloc, um dos melhores absorventes de que se póde lançar mão.

Se ha embaraço gastrico entretendo esse estado, aconselho qualquer laxantesinho brando, podendo perfeitamente servir a magnesia effervescente, tomada em pequenas quantidades, usando-se em seguida — para tonificar o estomago e prevenir successivos embaraços — a infusão da raiz de rhuibarbo, da qual se tomará — por espaço de alguns dias — trez a quatro colheradas distribuidas entre as comidas.

A cãimbra do estomago, quando não cessa espontaneamente, exige medicação energica e prompta, tanto mais quanto a dôr é ás vezes tão aguda que não admitte delongas. Aconselhâmos n'esse caso com admiravel resultado as perolas de ether, que — além de poderem ser ingeridas sem repugnancia — obram instantaneamente sobre a região doente: uma, de dez em dez minutos, até que a dôr diminua de intensidade. Se houver demora no effeito, ou ainda, se — por uma dessas anomalias tão frequentes quando se trata da gestação — o ether — em vez de acalmar — exaspere a dôr, recorra-se ao sinapismo applicado sobre o epigastro, em-

quanto se manda á botica aviar alguma receita.

Os banhos mornos acalmam muitas vezes as dôres gastralgicas. Tomados ao deitar, de modo que á acção do banho possa seguir-se a transpiração mantida pelo calôr da cama, o resultado torna-se mais seguro ainda.

Ha, pois, duas indicações a preencher no tratamento da gastralgia : uma, que tem por fim acalmar a dôr,—outra, evitar que ella volte, atacando-lhe a causa.

1ª INDICAÇÃO — Nos accessos mais violentos, cumpre empregar logo o opio, 20 milligrammas ;— 10 a 12 gottas de laudano de Sydenham em meio calix de ágoa adoçada;—pequenos clysteres laudanisados (15 gottas de laudano para uma colher de ágoa morna), repetidos por várias vezes se a crise se prolonga ; — applicações de pannos quentes sobre o estomago ; e o sinapismo como já aconselhámos.

Genebra. Absynthio. Licôr de herva-doce. Vermouth. Champagne. Champagne de ananaz. Vinho de laranja. Laranjinha. Agoa espirituosa de herva limão. Todos os licores de sobremesa. Café. Café com licor. Vinhos sêccos. Vinhos doces.

Agoa de camomila, ágoa de valeriana; Cocca.

Nos casos mais teimosos, um vesicatorio no epigastro, com amomniaco, e polvilhado com sulfato de morphina (25 milligram.);— injecções hypodermicas com uma solução de morphina;—

pilulas de codeina, 5 centigram., — de extracto de belladona, 5 centigram.

2ª INDICAÇÃO. — Combater a prisão de ventre por meio de um regimen refrigerante, de modo a não fatigar o estomago. Matte ao almoço e á ceia, só ou desmanchado com leite;—lupulo.—Leite fresco.

Na gastralgia das chloroticas e das pessoas cujas forças foram esgotadas por molestia anterior, ou padecimentos prolongados, ao par de um regimen substancial, dêm-se as preparações amargas, ferruginosas e tonicas.

As tisanas amargas de lupulo, genciana, quassia, rhuibarbo, quina, cascas de laranjas amargas, etc., alliviam as gastralgias dos chloroticos e dos anemicos.

As ágoas mineraes alcalinas, ferruginosas, salinas : Bussang, Ems, Plombières, Spa, Vichy, Vals, etc. Uteis na gastralgia chlorotica, são contra-indicadas nas gas-

tralgias complicadas de estado inflammatorio chronico do intestino.

O sub-nitrato de bismutho na dóse de 5 a 10 centigram., diarias, só ou associado á magnesia, convém muito nas gastralgias que resultam de uma inflammação chronica das vias digestivas.

Noz-vomica em pó na dóse de 10 centigram., uma vez por dia, e o xarope de strychnina, uma colher de chá por dia, trazem allivio ás dôres, e as combatem, mas não devem as pejadas abuzar delles.

A gastralgia complicada de *pyrosis* (azia) deve ser tratada com a magnesia calcinada, n'um pouco de ágoa adoçada; ou com pequenos calices de ágoa de Vichy, ás refeições.

As gastralgias que se fazem acompanhar de vomitos viscosos e arrotos, parecendo estar ligadas a uma alteração do succo gastrico, devem ser tratadas com o pó, vinho ou elixir de pepsina.

As bebidas gazosas carregadas de acido carbonico são excessivamente uteis.

A gastralgia das pessoas que comem muito, ou que soffrem de uma flegmasia chronica do intestino, cura-se por meio de regimen brando, vegetal ou lacteo, e isento ou quasi isento de carnes carregadas e gordas, e de bebidas alcoolicas.

Os banhos de mar, e na sua falta ou impossibilidade de tomal-os, os banhos de cachoeira, rio, chuva, a hydrotherapia com duchas epigastricas, a moradia na roça, os passeios, excursões fóra da cidade, e as viagens, curam por si só as gastralgias.

O regimen dos gastralgicos deve ser o mais regular possivel, com respeito ás horas da comida, que serão distanciadas uma da outra ; e com relação á natureza dos alimentos, que devem ser escolhidos na cathegoria dos emollientes e dos tonicos : os primeiros quando houver irritação dos intestinos,—os segundos, chlorose.

Ha gastralgias que não tolerando os alimentos em temperatura ordinaria, dão-se bem com os alimentos frios e bebidas geladas.

Formulario da gastralgia

Agoa	120.00
Tintura de noz-vomica. .	9 gottas

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

Agoa	120.00
Acetato de morphina. . . .	5 cent.

Do mesmo modo.

Agoa de Vichy.	250.00
Tintura de camomilla. . .	1.00
Tintura de noz-vomica. .	5 gôttas

Do mesmo modo.

Tintura de noz-vomica . .	aña q. b.
Tintura de castoreo	

12 gôttas, no accesso.

TISANA CARMINATIVA

Camomilla.	2 gram.
Herva-doce	5 »
Agoa	1000 »
Assucar refinado.	100 »

Aos calices pequenos, na gastralgia simples e flatulenta.

TISANA DE TILIA E GRELOS DE LARANGEIRA

Flôres de tilia.	aña 4 gram.
Fôlhas de larangeira . . .	

Infunda em:

Agoa	1000 gram.

Junte-lhe:

Xarope de assucar.	60 gram.

Aos calices, nos intervallos da comida.

POÇÃO COM CANELLA

Agoa distillada de canella.	60 a 125 gram.
Poção gommosa.	120 »

A's colheres de sôpa.

OUTRA

Essencia de canella	1 a 12 gottas

Em qualquer poção. A's colheres de sôpa.

TISANA DE CANELLA

Canella em pó.	8 gram.
Agoa	1000 »

Infunda por tempo de meia hora.

A's colheres de sôpa.

POÇÃO AROMATICA

Essencia de laranja. . . .	6 gottas
Essencia de alecrim. . . .	4 »

Dissolva em:

Alcool.	10 gram.

Misture com:

Xarope de gomma.	50 gram.
Agoa	150 »

A's colheres de sôpa.

POÇÃO DE BAUNILHA

Baunilha	5 gram.

Iufunda em:

Agoa	150 gram.

Junte-lhe:

Xarope de canella.	30 gram.

A's colheres de sôpa.

POÇÃO CONTRA A GASTRALGIA

Agoa	40 gram.
Assucar.	5 »
Chlorhydrato de morphina.	10 cent.

A's colheres de sôpa de meia em meia hora, de hora em hora, de duas em duas horas, ou mais expaçadas ainda, conforme a intensidade e tenacidade da dôr

Magnesia fluida de Murray ou de Dinneford	120.00
Acetato de morphina	5 cent.

Do mesmo modo.

Ether	20 gôttas.
Agoa de melissa.	10.00
Infusão de aniz estrellado .	100.00
Xarope de flôres de laran-geira.	40.00

A's colheres de sôpa, de 1/4 em 1/4 de hora. Banhos mórnos, ao mesmo tempo.

MISTURA ANTI-GASTRALGICA, DE FLEMING

Tintura de aconito.	3.00
Carbonato de sóda	5.00
Sulfato de magnesia	45.00
Agoa.	150.00

Faça dissolver.

A's colheres de sôpa.

MISTURA CALMANTE

Xarope de cascas de laranjas amargas	20.00
Xarope de morphina. . . .	20.00
Xarope de ether.	20.00

As colheres de chá, de meia em meia hora.

Agoa de melissa	250.00
Agoa de louro-cereja	8.00
Xarope de morphina	45.00
Xarope de ether	15.00
Extracto de belladona . . .	0.05

A's colheres de sôpa, de hora em hora.

Vinho do Porto, fino. . . .	100 00
Xarope de opio.	30.00
Acido chlorhydrico.	1.00

Duas a seis colheres de sôpa, antes da comida.

Arseniato de sóda.	5 cent.
Xarope de quina ou de cascas de laranjas amargas. . . .	150 gram.

Trez colheres de sôpa por dia.

Agoa distillada.	120 gram.
Valerianato de zinco	10 cent.
Xarope de assucar.	30 gram.

A's colhéres de chá, de meia em meia hora.

PILULAS ANTI-GASTRALGICAS, DE H. GREEN

Extracto de belladona . . .	50 cent.
Sulfato de quinina.	4.00

F. s. a. 30 pilulas.
3 por dia.

PILULAS ANTI-GASTRALGICAS, DE MILLET

Sub-nitrato de bismutho . .	6.00
Chlorhydrato de morphina .	15 cent.
Rhuibarbo em pó.	3.00
Thridacio	q.b.

F. s. a. 30 pilulas. Uma, antes das refeições.

PILULAS ANTI-GASTRALGICAS

Extracto de belladona . . .	30 cent.
Sulfato de quinina	2 gram.
Extracto de valeriana . . .	q.b.

F. s. a. 15 pilulas.
Trez por dia.

OUTRAS

Extracto de meimendro. . .	3 gram.
Azotato de prata crystallisado	40 cent.
Sub-nitrato de bismutho . .	2 gram.

F. s. a. 40 pilulas.
Uma de manhã e outra á tarde.

PILULAS ANTI-GASTRALGICAS

Chlorhydrato de morphina.	5	cent.
Sub-nitrato de bismutho. .	75	»
Greda preparada.	50	»
Thridacio	q. b.	

F. s. a. 10 pilulas. 3 a 5 por dia.

OUTRAS

Alumen	4.00	
Extracto d'opio	12	cent.
Conserva de rosas	9.00	

F. s. a. 24 pilulas.

4 a 6 por dia.

OUTRAS

Lactato de ferro.	10	cent.
Extracto de meimendro . .	5	»

F. s. a. uma pilula, e como esta 36.
Duas por dia.

OUTRAS

Massa pilular de Vallet. .	4.00	
Calumba em pó.	2.00	
Noz-vomica em pó.	25	cent.
Alcaçuz em pó.	1.00	

F. s. a. 60 pilulas.
4 por dia

Convém principalmente na gastralgia chlorotica.

OUTRAS

Lactato de ferro.	1.00
Extracto de quina.	2.00
» de genciana . . .	1.00
» de quassia. . . .	1.00

F. pilulas de 15 cent.
3 por dia.

PÓS ANTI-GASTRALGICOS

Sub-nitrato de bismutho. .	5 gram.
Rhuibarbo em pó.	20 »
Valeriana em pó	50 »
Calumba em pó.	25 »

Misture e divida em 10 papeis.
Para tomar um papel antes e outro depois da comida.

OUTROS

Magnesia	5 gram.
Canella	2 »
Opio em pó	0.05 cent.

Misture e divida em 12 papeis.
Dous por dia.

OUTROS

Sub-nitrato de bismutho. .	8 gram.
Bicarbonato de sóda. . . .	1 »
Carbonato de magnesia. .	2 »
Morphina	0.050 milligr.
Belladona em pó.	1 gram.
Calumba em pó.	2 »
Assucar fino.	50 gram.

Misture e divida em 50 papeis.
Trez por dia.

OUTROS

Acetato de morphina. . . .	5 milligr.
Sub-nitrato de bismutho. .	25 »

Faça 24 dóses iguaes.
2 a 3 papeis por dia.

OUTROS

Carbonato de ferro. . . . . } Extracto de quina em pó . }	aña 2 gram.
Canella em pó.	25 cent.

Divida em duas partes iguaes.
De manhã e á tarde.

Espirito de hortelã-pimenta	30 gram.
Agoa de hortelã-pimenta, .	250 »
Acetato de morphina . . .	5 cent.
Tintura de noz-vomica. .	9 gôttas
Tintura de calumba. . . .	15 »
Xarope de hortelã-pimenta.	30 gram.
Xarope de opio	30 »

A's colheres das de sôpa, de 3 em 3 horas.
Do meo uso.

Xarope amargo	120.00
Bromureto de potassio . .	15.00

Trez colheres das de sôpa, por dia.

Agoa de louro-cereja . . .	120 gram.
Acetato de morphina. . . .	5 cent.

A's colheres das de sôpa, de 1/4 em 1/4 de hora, por occasião da dôr.

Medicação externa

Emplasto de belladona. . .
» de mangerona . .
» de sparadrapo polvilhado com 30 centigr. de acetato de morphina .

Estenda sobre pellica, e applique sobre o ponto dorido.

Tintura de opio simples. .	10 gram
Mistura oleosa balsamica.	20 »

Fricções

Tintura thebaica	4.00
Linimento volatil fortemente camphorado.	60.00
Oleo de cejeput	50 cent.
Oleo de meimendro	15 gram.

Fricções.

Tratamento dosimetrico

GASTRALGIA, CAIMBRA DO ESTOMAGO

Si fôr devida á prennez: Granulos de hyosciamina, um, de 2 em 2 horas; e chlorhydrato ou bromhydrato de morphina, ou iodhydrato, um granulo de quarto em quarto d'hora, de meia em meia hora, até passar o accesso.

Si a dôr não fôr de accesso e fôr constante e lenta, basta tomar a morphina de hora em hora; ou de duas em duas horas, quando tomar hyosciamina.

Entretanto, si a gastralgia fôr dependente de outra causa estranha á prenhez, convém antes da medicação ácima tomar nm pequeno laxativo de Sedlitz-Chanteaud, uma á duas colheres grandes n'um cópo d'agua com assucar.

PYROSE

Sedlitz-Chanteaud, uma peqnena colher em meio copo d'agua adoçada, pela manhan; e granulos de hypo-phosphito de soda, dois, de hora em hora.

VOMITOS DE BILE

Sedlitz-Chanteaud, uma colher grande n'um cópo d'agua com assucar: tomará desta solução uma colher grande de hora em hora sobre dois granulos de quassina.

Si apparecer effeito purgativo consideravel, deve-se espaçar a dóze para trez horas de intervallo.

Tratamento homeopathico

Nux-vomica. — De todos, o medicamento mais efficaz, quando ha dôres pressativas e caimbroidéas que se aggravam pela manhã e depois das refeicções; prisão de ventre, vomito de alimentos.

Chamomilla. — Quando ha pressão do estomago, gazes, ventre inchado; aggravação para a noite. Agitação e angustia, como se estivesse o coração comprimido.

Cocculus. — Depois de Nux-vomica. Na prisão de ventre, e nas dôres pressivas e constrictivas do estomago, que se espalham para o ventre.

Belladona. — Se existe tensão caimbroidéa no estomago, repetição das dôres á comida; dôres de estomago tão violentas que o doente é obrigado a sustar a respiração para encontrar algum allivio; syncope, debilidade; sêde intensa.

Pulsatilla. — A's pessôas fracas, franzinas, de bom genio As pejadas apresentam estes symptomas, que a reclamam efficazmente: ardor, sensação de arrancamento, pulsação no estomago, nauseas, vomitos de alimento; aggravação dos incommodos para a tarde, com calefrios; tristeza, melancolia.

China. — Util quando ha fraqueza das digestões, inchação e pressão no epigastro, repugnancia

para toda a casta de alimento, caimbra do estomago, afluxo d'agoa para a bôcca, molleza de côrpo, e somnolencia depois da comida.

CARBO VEGETALIS. — Ardor no estomago, dôr contractiva obrigando a doente a curvar-se sobre si mesma, suffocação, nauseas, prisão de ventre, aggravação do incommodo ao deitar.

CALCAREA. — Caimbra do estomago, nauseas, aggravação das dôres á comida.

SULPHUR. — Prisão como que produzida por uma pedra sobre o estomago, azia, arrôtos, regurgitação dos alimentos.

AZIA, PYROBIS

Os medicamentos são: *puls*, *nux-vomica*, *calc*, *chin*, *sulfur*, *magnesia-carbon*, *phosph*, *phosph-acido*.

A's vezes outro incommodo vem juntar-se á gastralgia, *anorexia* ou *inappetencia*, a qual se apresenta tambem independentemente de qualquer outra molestia.

Entre as senhoras que a soffrem, umas teem simplesmente falta de appetite, que se vence até certo ponto com uma pouca de força de vontade, — outras experimentam invencivel repugnancia ou aversão á toda a sorte de comida, sendo ás vezes essa repugnancia acompanhada de desejos caprichosos.

A perda do appetite observa-se mais frequentemente nas mulheres das cidades que

nas da roça, e — bem como as molestias de que já nos occupámos — deixa-se sentir mais forte antes no principio que no fim da gestação. Quando assim acontece cede ao quarto mez, e não traz grandes transtornos á saúde da pejada; e vêmos todos os dias senhoras que accommodam-se perfeitamente com essa quasi absoluta falta de alimentação. O mesmo, porém, não acontece quando a inappetencia prolonga-se durante toda a prenhez, visto como remata n'uma debilidade tal á que não póde a pejada ordinariamente resistir, obrigando-nos a tomar sérias medidas para corrigil-a.

Certo estado nervoso costuma a ser a causa da inappetencia, em todas suas fórmas, porquanto muito poucas vezes poderá com justa razão ser attribuida á irritação gastrica; a presença dos desejos, que mais não são do que perversão da sensibilidade, confirma o caracter nervoso que se attribue á inappetencia, salvo os casos em que exista uma indigestão permanente, ou um embaraço gastro-intestinal entretendo-a. Conheceremos que assim é realmente pelos caracteres da lingua, que se apresenta coberta de um véo ou crôsta amarella ou esbranquiçada, pastosa e algum tanto sêcca; a bôcca fica tambem grossa, e accusa a sensação de

amargo ou acidez ; se a isto accresce molleza do côrpo, exaltação da sensibilidade epigastrica e ligeira dôr de cabeça, confirmar-se-ha o embaraço gastrico, e fica indicado o purgativo brando, que póde ser — como já dissemos — a magnesia, o citrato de magnesia ou o rhuibarbo. A indicação do vomitivo só partirá do médico, quando perfeitamente reconhecida a necessidade de esvasiar rapidamente o estomago.

Fóra d'estes casos de saburra ou embaraço gastrico, a falta de appetite existe sem fazer-se acompanhar de outros symptomas ; a lingua conserva seo aspecto natural, e a paciente não accusa gôsto nenhum anomalo. Bastará então — para despertar a vontade de comer — qualquer ligeiro amargo, como a infusão de quassia ou de genciana, o xarope de quina, e algumas gôttas do licôr visceral de Hoffmann. N'esta occasião torna-se preciso — mais do que nunca — o exercicio ao ar livre, os passeios diarios, e — se possivel fôr — a permanencia na roça, sôb cuja influencia hygienica é quasi certo voltar o appetite, desapparecendo todas as demais indisposições da prenhez. Na minha clinica, emprego um meio para combater a inappetencia que sobresahe tanto pela originalidade como pela efficacia:

aconselho ás doentes que comam na casa alheia. A mudança de tempêro explica o milagre.

Se a falta de appetite fôr symptoma, como acontece muitas vezes, de um estado de debilidade tal a resvalar para a anemia, não se vacillará no emprêgo dos ferruginosos, entre os quaes figura no primeiro plano o vinho de quina e ferro, ás colheres de sôpa antes de cada refeição, bastando nos casos mais simples esse meio para produzir a rapida restauração do organismo depauperado.

Nos casos mais communs, quando a anorexia é apenas symptoma de um estado de fraqueza do estomago, começa-se excitando esse orgão por meio das macerações de quina ou de quassia amara, aos calices; — copos amargos; — calumba em pó, 50 centigr. por dia; — rhuibarbo em pó, 30 centigr., antes das duas refeições diarias; — môlho de pimenta; — sementes de mostarda, inteiras; — ágoa de agrião, 100,0 a 200,0 ; — e os vinhos, que serão escolhidos d'entre os seguintes:

Vinho de canella.
Vinho da quassia.
Vinho de absinthio.
Vinho de quina.
Vinho de calumba.
Vinho de cascas de laranja amarga.

Vinho de rhuibarbo.
Vinho de genciana.
Vinho de cocca.
Vinho de peptona, de Defresne.
Vinho de pepsina, de Corvisart.
Vinho de pepsina, de Mialhe.
Vinho reconstituinte, do pharm. Dr. Diniz.
Vinho bi-digestivo, de Chassaing.
Vinho de gengibre.
Vinho de ananaz.
Vinho de pecêgo.
Vinho de calamo-aromatico.
Vinho de cascarrilha.
Vinho de enula-campana.

Para auxiliar sua acção, e quando nada haja que os contraindique, banhos de chuva, de cachoeira, do mar; passeios e viagens; distracções e divertimentos.—Agôa de Vichy.

Curaçáo.
Licôr de rosa.
Licôr de absinthio.
Anisette.
Licôr de cacáo.

A' sobremeza.

Formulario da inappetencia

Arseniato de sóda	5 cent.
Agoa distillada	75.00
Alcool	1.00

Duas colheres das de chá, por dia.

Arseniato de sóda	5 cent.
Xarope de quina ou de cascas de laranja amarga	250 gram.

Duas colheres das de chá, por dia.

Extracto de quassia	1.00
Calumba.	5.00
Carbonato de sóda.	2.00
Vinho do Porto, fino.	200.00
Xarope de canella.	50.00

A's colheres das de sôpa, de duas em duas horas.
Inappetencia com vomitos nervosos.

Tintura de quina	10.00
Tintura de calumba	20.00
Tintura de cascas de laranja amarga	4.00
Agoa distillada..	180 00
Acido chlorhydrico.	2.00

Duas colheres das de sôpa, por dia.

POÇÃO CORDIAL BAUNILHADA

Saccharureto de quina . . .	anã 10.00
» de baunilha. .	
Elixir de Garus.	15.00
Xarope de absinthio.	30.00
Agoa de canella.	120.00

A's colheres das de sôpa, antes da comida.

POÇÃO EXCITANTE

Alumen.	1.00
Agoa de hortelã-pimenta. . .	90.00
Tintura de canella.	15.00
Xarope diacodio.	30.00

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

POÇÃO EXCITANTE ALCOOLICA

Agoa de melissa. . . . . . } Agoa de hortelã-pimenta. . }	anã 30.00
Xarope de limão.	60.00
Extracto de quina.	1.00
Alcool.	50.00

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

CERVEJA ESTOMACHICA

Raiz de genciana, pizada. . .	30.00
Casquinhas frescas de limão.	15.00
Casca de canella contundida.	4.00
Cerveja ingleza, branca . . .	1 gf.

Deixe em maceração por tempo de quatro dias; côe e filtre. Aos calices, entre ou durante a comida.

PILULAS TONICAS, DE MOSCOU

Extracto de calumba. . . .	anã	5 cent.
» de genciana. . . .		
» de quassia		
» de fel de boi. . .		
Raiz de genciana em pó. . .		q. b.

F. 1 pilula e como esta 48. — Uma ou duas, antes de cada refeição.

PILULAS DE PEPSINA

Pepsina amylacea	4.00
Sub-nitrato de bismutho . . .	2.00
Acido lactico.	1.00

Misture e divida em 40 pilulas com o auxilio de qualquer excipiente inerte.
Antes e depois da comida, um 1/4 de hora.

PÓ AROMATICO ESTIMULANTE

Canella.	5.00
Gengibre.	
Cravo	anã 1.00
Noz moscada.	
Assucar refinado.	10.00

Divida em 16 papeis. Um papel, duas vezes ao dia.

PÓ TONICO, DE MINHA FORMULA

Vieirino	15.00
Rhuibarbo	5.00
Cacáo torrado	8.00

Em 12 papeis. De manhã e á noite, um de cada vez.

Pastilhas de Vichy.

Quatro por dia.

Vinho de peptona, de Defresne	250 gram.
Acetato de morphina.	10 cent.

Quando a anorexia se complica de gastralgia. Antes e depois das refeições; ou no accésso.

VINHO DE QUINA PARA A ANOREXIA ACOMPANHADA DE GASTRALGIA

Vinho de quina.	60.00
Elixir de cascas de laranja, composto.	4.00
Acido chlorhydrico.	1.00
Xarope diacodio	30.00

Duas a trez colheres das de sôpa, por dia.

VINHO CONTRA A ANOREXIA, DE MINHA FORMULA E UZO

Tintura alcoolica de noz-vomica.	15 gòttas.
Tintura de calumba	20 »
Tintura de quassia.	15 »
Extracto sêcco de quina . . .	1.00
Xarope de cascas	45.00
Vinho do Porto, fino.	90.00
Vinho de gengibre.	45.00
Vinho de ananaz, azedo. . .	30.00
Arseniato de sóda.	5 cent.

A's colheres das de sôpa, de 4 em 4 horas.

VINHO FERRADO, CONTRA A INAPPETENCIA

Cascas do Perú, de laranja amarga, de genciana . . . anã	15.00
Idem de canella.	8.00
Limalha de ferro porphyrisado.	60.00
Vinho de Setubal ou de Madeira sêcco.	ˉ00.00

Digira por espaço de 24 horas; filtre.

Dous calices dos de licôr, por dia.

Os clysteres vinhosos com gemma d'ôvo conveem muito ás pessoas excessivamente debeis, cujos estomagos nada toleram.

Tratamento homœpathico

CHAM. NUX-VOMICA, SULF., são os medicamentos preconisados para a inaptencia nervosa, isto é, aquellas que não estão ligadas a uma affecção morbida principal ou concumitante.

Se além da falta de apetite, ha repugnancia pelos alimentos : TART.—EMET.

Existe sêde?

VERATR. — Gôsto amargo? NUX-VOM. DROSERA. — Gôsto metallico? Calcarc, — THUYA, NATRM-MUR.

Tratamento dosimetrico

Granulos de quassina;
» de pepsina;

Trez granulos de cada um, juntos, meia hora antes de cada refeição.

Si fôr muito intensa, tomará um de cada um, juntos, de hora em hora, doze vezes por dia.

Observa-se nas pejadas a *diarrhéa*, acompanhada ou não de colicas pertinazes. A sensibilidade dos intestinos, exacerbada pela gestação, provoca nelles uma fluxão, que é a propria a manter a evacuação com todos os caracteres da diarrhéa-catharral.

Não é raro encontral-a como consequencia dos vomitos obstinados que a precederam; e n'esse caso a debilidade e relaxação da mucosa que esses mesmos vomitos produziram, são as causas primordiaes da molestia.

Quando a diarrhéa persiste por espaço de muito tempo, e faz-se preceder de colicas, é já perigosa, visto como — por um lado — debilita excessivamente a pejada, e — por outro — influe sobre a nutrição do féto, sobrevindo ás vezes o abôrto, como

derradeira consequencia deste estado morbido.

N'este caso é possivel que as evacuações se apresentem mescladas de sangue, o que não basta para qualificar a affecção de dysenteria : para d'esse modo consideral-a —afóra a qualidade das substancias secretadas — cumpre confirmar a existencia da febre, que nunca falha nas verdadeiras dysenterias. Sendo assim não se tratará já de simples complicação da prenhez, nem mesmo de uma enfermidade ligeira, mas de outra que — pela sua transcendencia sobre o organismo — exige muita attenção e cuidado.

A simples diarrhéa não se apresenta da mesma fórma no principio como no fim da gestação. Nos primeiros mezes é puramente espasmodica, e effeito da excitação sympathica dos intestinos ; as evacuações são frequentes, ás vezes mesmo seguidas de colicas, porém não apresentam caracter especial ; o estado da bôcca, a lingua e o palladar não soffrem alteração alguma, e a paciente póde até conservar o appetite normal ; a cabeça mantem-se desembaraçada ; o côrpo, leve; é insignificante a fraquaza que occasiona ; e a affecção cede espontaneamente antes do quarto mez, ou então

obedece facilmente á mais branda medicação.

Mais tarde, as cousas mudam de aspecto podendo adquirir todos os caracteres da diarrhéa saburral: aborrecimento á comida, lingua suja, difficuldade na digestão, falta de appetite; e — consecutivamente — cephalalgia, e debilidade geral que augmenta á medida que o mal se prolonga. São nesse caso mais fortes as colicas, que fazem-se sentir de preferencia nas regiões lateraes do abdomen, correndo na direcção da parte do intestino chamada *colon*.

O tratamento da diarrhéa simplesmente catarrhal reduz-se ao uso de qualquer bebida aromatica, ou de algum dos tonicos aconselhados no tratamento da inappetencia. Se existem dôres, trazem logo allivio os clysteres de ágoa de macella com 6 a 10 gôttas de laudano, cada um.

Na segunda fórma de diarrhéa, confiaremos parte do exito ao regimen alimenticio; delibera-se segundo os casos, sem risco de perturbar as importantes funcções da gestação.

Afóra o regimen diethetico, que é de rigôr, empregar-se-hão os meios mais brandos, mórmente quando não ha symptomas que ameacem complicação; entre elles,

aproveita a infusão do rhuibarbo em pequenas dóses, a ágoa de arroz adoçada com xarope de ratanhia, com o xarope de diacodio, — a infusão de chá da India, pela grande quantidade de tannino que suas fôlhas conteem, — a infusão de macella; — e — opportunamente — as ágoas de Vichy, de Vals.

Os clysteres pódem ser empregados como anteriormente, quando as colicas fôrem um pouco fortes: e — tratando-se de uma diarrhéa que tornou-se chronica e não cede a meio algum, tendo já desapparecido as colicas — aproveitam muitissimo os clysteres de cosimento de quina com 6 a 10 gôttas de laudano, cada um.

Ha occasiões em que a diarrhéa attinge uma gravidade assustadora: jugulam-n'a n'esses casos os ferruginosos, quer sós, quer addicionados aos alcoolicos, formando vinhos medicinaes; mas, ainda assim, bem como na dysenteria, é necessaria a direcção scientifica do profissional.

Em qualquer das fórmas, os banhos produzem sempre os melhores resultados. O banho frio por affusão ou jôrro quando a mulher tem o habito de tomal-o, não só cura a diarrhéa como até previne-a efficazmente.

Desde que a pejada não contrahio o habito de banhar-se n'ágoa fria, pelos motivos que já apresentei algures não convirá tental-o, e n'esse caso aconselho-a que recorra ao banho geral môrno.

Observemos, entre parenthesis, que os banhos quentes relaxam ainda mais os intestinos.

O banho manifesta prontamente seus effeitos acalmando as colicas e facilitando a digestão quando lenta e tardia. O banho de assento substitue perfeitamente o banho geral, quando por qualquer circumstancia não seja possivel tomar este.

As *colicas* apresentam-se ás vezes independentemente da diarrhéa; e tornam-se tanto mais incommodas quanto é frequente vêl-as seguidas de gastralgia. Sua causa — do mesmo modo que esta — é a excitação sympathica do systema nervoso. Tanto importa como dizer que não se acham enlaçadas a affecção alguma local, sendo verdadeiras nevralgias do tubo intestinal, e quando assim não sejam, procurar-se-ha estabelecer o verdadeiro diagnostico, indagando a causa que desperta e entretem as dôres. Na prenhez, não costumam -a revestir outro caracter que não o puramente nervoso, e — mais fracas ou mais fortes — passageiras

ou persistentes — é ordinariamente o espasmo que as géra.

Esta molestia cede ás vezes á simples applicação de pannos de flanella quentes sobre o ventre, ou ás fricções brandas com oleo de amendoas, simples ou camphorado, ou ainda opiado ; com o oleo anodyno.

Se a colica se produz e mantem, como tambem é muito commum, pela presença de gazes, acalma-se rapidamente facilitando a expulsão d'esses gazes.

Os clysteres ligeiramente laudanisados, as poções aromaticas, entre ellas de preferencia a infusão de herva-doce ou louro, e —finalmente — os banhos, são os meios preconisados efficazmente n'essa affecção, mais assustadora — quando isolada ou essencial — do que mesmo perigosa.

Se tanto a diarrhéa como as colicas não cederem ao emprêgo destes meios, recorrer-se-ha ás seguintes fórmulas :

Diarrhéa : — ágoa d'arroz, de gomma ou de clara d'ovos, como bebida ordinaria; arroz cosido em ágoa, summo de carne ; clysteres de farélos ou d'amido, aos quaes se juntarão 5 a 10 gôttas de laudano ; xarope de marmelos, de ratanhia; pastilhas de cato. Chá de cravo e chá de louro.

O decocto de rosas rubras, — de raiz de ratanhia, 4,0 para um litro d'ágoa, — de monesia, — de simaruba, — de fôlhas de goiabeira, — de amoreira, — de noz de galha, — de cascarilha, — de bistorta, — de tormentilla, — de consolida maior, — de cato, — de tannino, — de calumba, — de páo-campeche, — de cravo.

Nos casos um pouco mais teimosos: carne crúa; sub-nitrato de bismutho, 2,0 a 8,0 por dia, em ágoa de gomma.

Para combater as colicas, além dos meios já apresentados, lembrâmos mais:

Alcool, na dóse de uma colhér de sôpa para meio copo d'ágoa, adoçada. Infusão de aniz estrellado, 5,0 para meio litro d'ágoa. Thridacio, 10 a 15 centigr., várias vezes ao dia, em pilulas. Canella em pó, 60 a 75 centigram.—Chá de canella. — Infusão dos fructos do funcho, 2,0 para 250,0 d'ágoa a ferver; — de coentro, na mesma proporção; — de alcaravia, idem; — de cominhos, idem; — de gengibre, idem; — de cabecinhas de cravo da India, idem; — chá de losna, — de casquinha de limão, — de cascas de laranjas amargas, — de raiz de genciana. Agoa de hortelã-pimenta, — chá de hortelã. Agoa de flôres de larangeira. Agoa de tilia. Chá de macella. Ether, 3 a 6

gôttas de cada vez. Agoa de melissa dos Carmelitas (uma colher de chá, em meio copo d'ágoa, para tomar ás colhéres de sôpa). Chartreuse. Licôr de absinthio.

Externamente :

Fricções ao ventre com leite quente, tendo sabão em dissolução. Leite cosido ; oleo de amendoas fervido com fôlhas sêccas de salsa, tomilho, serpão, hysopo, hortelã, ouregão, losna, alecrim, alfavaca, alfazema, herva-cidreira, herva-limão, mangericão, tendo sabão em dissolução : fricções ao ventre. E fervidos com farinha de mostarda, para os casos mais graves, tendo igualmente o sabão em dissolução. Gêlo, sobre o ventre; ágoa fria em fricções ; compressas embebidas em ágoa fria ; — clysteres de ágoa fria. Fomentações com chloroformio. — Fricções com oleo de amendoas camphorado, — com espirito de sabão, — com linimento de sabão com camphora, com opio. — Banhos mórnos.

AGOA ALBUMINOSA

Claras d'ovos	n. 4
Agoa commum	1000.0
Hydrolato de flôres de larangeira	10.0

Batem-se as claras com igual volume de ágoa ;

junta-se o resto da ágoa, agita-se, côa-se, addicionando-se porfim o hydrolato.

Aos calices; na diarrhéa e na dysenteria.

Infusão de fôlhas de belladona (30 cent.) feita em cosimento concentrado dos fructos de funcho	120.00

A's colhéres das de sôpa, de meia em meia hora. Na diarrhéa acompanhada de colicas.

BEBIDA ANTI-DIARRHEICA; DE *Piorry*

Caroços de arroz	30 gram.
Claras d'ovos	n. 3
Xarope de marmelos.	100 gram.
Agoa	1.000 gram.

Ferve-se o arroz em ágoa por tempo de um hora, côa-se por panno espêsso; deixa-se arrefecer o decocto assim obtido, e juntam-se-lhe as claras e o xarope.

De meia em meia hora, a quarta parte d'um cópo. Logo que a diarrhéa tenha desapparecido, alimenta-se a doente com caldo magro de carne gôrda, — carnes tenras e mal assadas.

APOZEMA ADSTRINGENTE

Especies adstringentes . . .	10.0
Rosas rubras.	5 0
Infunda por espaço de duas horas, em:	
Agoa a ferver	500.0
Côe e junte-lhe:	
Xarope de ratanhia.	50.0

Meia chicara, durante o dia.

TISANA DE CATO

Cato triturado.	8 gram.
Agoa a ferver.	1000.00

Infunda-se por espaço de uma hora, e côe-se. Aos calices, de hora em hora.

OUTRA

Cato.	8.00
Canella	4.00
Agoa a ferver.	500.00

Infunde-se até esfriar, agitando-se de vez em quando, e côa-se. Do mesmo modo.

TISANA DE ARROZ E CATO

Tisana de arroz.	anã 500.0
Tisana de cato	

Adoce. Meio calice, de hora em hora.

Extracto de cato	8.0
Decocto de salepo	180.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

POÇÃO CONTRA A DYSENTERIA

Hydrolato de tilia.	100 0
Xarope de opio	20.0
Claras d'ovos	n. 2

Misture e passe por musselina ou escossia. A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora.

POÇÃO ADSTRINGENTE COM TANNINO, CONTRA A DYSENTERIA

Agoa commum	100.0
Agoa de flôres de larangeira.	20.0
Tannino.	5 decigr.
Tintura de canella.	2.0
Xarope de cravo.	30.0

As colhéres das de sôpa, de hora em hora.

POÇÃO ADSTRINGENTE

Xarope de ratanhia	40.0
Tintura alcoolica de cato . .	15.0
Carbonato de cal.	5.0
Laudano de Sydenham. . . .	25 gôttas.
Hydrolato de hortelã.	150.0

A's colheres das de sôpa.

TISANA ADSTRINGENTE

Cato triturado.	6.00
Agoa a ferver.	1 litro.
Xarope de ratanhia	50.00

Dissolva o cato na ágoa, filtre, e junte o xarope. Meio calice, de hora em hora.

POÇÃO ADSTRINGENTE

Agoa de cal.	100.00
Tintura d'opio	15 a 20 gôt.
Tintura de cato.	4.00 a 8.00.
Xarope de marmélos	30.00

A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora. Se a diarrhéa vier acompanhada de vomitos, tomará nos intervallos ágoa de Seltz, ás pequenas porções ; ou mesmo gêlo.

VINHO DO CATO

Tintura de cato.	15.00
Vinho bom	300.00

A's colheres das de sôpa, de hora em hora, nas diarrhéas chronicas

ELECTUARIO JAPONEZ

Cato em pó	60.0
Kino em pó	50.0
Canella em pó.	} 1.00
Noz moscada em pó	

Misture e junte :

Opio desfeito em q. b. de vinho branco	0.10
Xarope de rosas rubras . . .	460.0

1,0 a 2,0 de manhã e á noite.
Nas diarrhéas chronicas e rebeldes.

ELIXIR CONTRA A DYSENTERIA CHRONICA DAS PESSOAS ANEMICAS

Extracto de monesia.	2.0
» de calumba.	1.0
» de ratanhia	4 0

Desmanche em :

Agoa de hortelã-pimenta. . .	1000.0

Junte-lhe :

Tintura de Marte adstringente	60.0
Carapiá em pó	8.0
Tannino.	1.0
Xarope de cato	30.0

A's colheres das de chá, de 2 em 2 horas.
Do meo uso e fórmula.

LIMONADA SULFURICA

Xarope de assucar.	60.0
Agoa commum	1000.0
Alcool sulfurico.	8.0

Aos calices. Diarrhéas chronicas; dysenteria.

COSIMENTO BRANCO, GOMMADO

Raspas de veado.	aña 15.00
Miôlo de pão.	

Ferva em 500.0 de ágoa até ficar reduzido a um terço ; e junte-lhe :

Gomm'arabica.	8.00

A's chicaras.

Tintura de cato.	6.00	
Laudano de Sydenham . . .	20	gôttas
Agoa de papoulas.	250.00	
Xarope diacodio.	30.00	

2 colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas

Tintura de cato.	10 00	
Agoa de Rabel.	2.00	
Laudano de Sydenham. . . .	10	gôttas
Agoa de canella	30.00	
Agoa distillada.	30.00	

2 colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

Tintura de cato.	4.00	
Greda preparada, ...	1.00	
Laudano de Sydenham . . .	25	gôttas
Agoa de canella.	150.00	
Xarope de ratanhia	30.00	

Duas colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

MISTURA CALCAREA

Greda preparada.	3.00	
Agoa de canella.	60.00	
Xarope de ratanhia	80.00	
Laudano de Sydenham . . .	4	gôttas

A's colheres das de sôpa.

ELECTUARIO ADSTRINGENTE

Tannino.	5	decigr.
Laudano de Sydenbam. . . .	10	gôttas
Conserva de rosas.	10.0	

Em 3 vezes, nas diarrhéas rebeldes.

Alumen.	2.00
Extracto de cascarilha. . . .	4.00
Gomm'arabica.	15.00
Agoa de camomilla	120.00
Xarope de laranjas amargas.	30.00

A's colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

Alumen 8.00
Leite á ferver. 370.00

30 grammas, de 2 em 2 horas.

Carne crúa. . . . .

Bismutho 10.00
Assucar branco. 5.00

Divida em 10 partes iguaes. Uma, uma hora antes de cada refeicção.

Greda preparada 15.00
Magisterio de bismutho. . . 8.00

Em 12 papeis. 4 por dia.

PILULAS D'OPIO

Extracto d'opio . . . . 20 cent.
Conserva de rosas. 1.50

F. 20 pilulas. Uma, de 2 em 2 horas.

Bismutho 15.00
Diascordio. 8.00
Opio. . . . . 10 cent.
Mucilagem de gomma adragantha. q. b.

F. 50 pilulas. 4 por dia.

POS DE BISMUTHO E CARVÃO

Sub-nitrato de bismutho. . . } partes iguaes.
Carvão vegetal em pó finissimo. . . . . }

20, 30, 40 centigr. por dia.

XAROPE DE CAL

Xarope de assucar. 500.0
Agoa de cal. 100.0

30.0 por dia. Diarrhéas chronicas rebeldes.

Medicação externa

CLYSTER DE AMIDO

Amido.	15.0
Agoa	500.0

Desmanche o amido em 100.0 de ágoa fria, e junte-lhe depois o resto do liquido. Ferva, mechendo-o

Para uma vez.

CLYSTER LAUDANISADO

Laudano de Sydenham . . .	12 gôttas
Decocto de althéa.	90.00

Para dous clysteres.

CLYSTER DE AMIDO, LAUDANISADO

Gomma adragantha.	1.00
Amido.	8.00
Laudano de Sydenham . . .	20 gôttas
Agoa	300.00

Para dous clysteres.

CLYSTER ADSTRINGENTE, DE CATO

Cato reduzido a pó.	2.00 a 10.00
Agoa quente.	250.00

Para uma vez.

CLYSTER ADSTRINGENTE

Tannino.	1.0
Agoa morna.	300.0
Laudano de Sydenham . . .	12 gôttas

Para uma vez.

CLYSTER ADSTRINGENTE

Alumen crystallisado	4.0 a 8.0
Agoa quente.	250.0

Dissolva, e deixe esfriar.

Para uma vez. Repete-se o clyster se as evacuações persistem.

CLYSTER ANTI-DYSENTERICO

Alumen crystallisado. . . .	1.0 a 2.0
Extracto de valeriana. . . .	1.0
Laudano de Sydenham . . .	10 gôttas
Amido.	30.0
Cosimento de althéa.	250.0

Dissolva o alumen e o extracto, desmanche o amido, e junte o laudano.

Para uma vez. Repita se as evacuações continuarem.

Formulario das colicas

TISANA ANTISPASMODICA

Flôres de tilia.	aña 2.0
Flôres de camomilla.	
Flôres de larangeira.	

Infunda em

Agoa á ferver.	1000.0

Côe e junte-lhe :

Xarope de assucar.	100.0

Aos calices.

POÇÃO CALMANTE

Sulfato de morphina.	25 milligr.
Agoa de flôres de larangeira.	50.0
Agoa de alface.	100.0
Xarope de assucar.	40.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

EMULSÃO CALMANTE

Emulsão	200.0
Xarope de sulfato de morphina	50.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

POÇÃO CONTRA AS COLICAS

Xarope diacodio.	10.0
Xarope de marmelos.	20.0
Agoa de hortelã.	40.0
Agoa commum.	50.0

Em duas ou trez vezes, com intervallo de meia hora.

POÇÃO CONTRA AS COLICAS

Agoa laxativa Viennense . .	aã 120.0
Agoa de melissa.	
Sulfato de magnesia.	15.0
Licor anodyno de Hoffmann .	10 gôttas
Xarope de cascas de laranjas amargas.	30.0

A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora.

Nas colicas precedidas de prisão de ventre, e desenvolvimento de gazes.

POÇÃO CALMANTE ANTISPASMODICA

Xarope diacodio.	30.0
Infusão de tilia.	120.0
Ether sulfurico	1.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

OUTRA

Xarope de sulfato de morphina	30.0
Agoa distillada de hortelã. .	130.0
Ether sulfurico	2.0

Do mesmo modo.

POÇÃO CALMANTE ANTISPASMODICA

Agoa de tilia.	40.0
Chloroformio	12 gôttas
Mucilagem	q. b.

A's colheres das de sôpa, de 1[4 em 1[4 de hora.

POÇÃO ANTISPASMODICA

Xarope de flôres de larangeira.	30.0
Agoa distillada de hortelã. .	90.0
» » » tilia. .	60.0
Ether sulfurico.	2.0
Laudano de Sydenham. . . .	10 gôttas

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

ETHER SULFURICO ALCOOLISADO

(Licôr anodyno de Hoffmann)

Ether sulfurico a 56 gráos. .	anã 100,0
Alcool de 85 gráos centigrados	

Misture bem; e conserve em vidro bem fechado. De 1.0 até 4.0, em poção.

Acetato de morphina.	7 milligr.
Bismutho.	20, 30 cent.

F. uma dóse, e mande 6. De duas em duas horas.

Opio.	25,50 millig.
Calumba em pó	1.20

Em meio calix de vinho do Porto.

GOTTAS CONTRA AS COLICAS

Tintura de noz-vomica. . . .	2.0
Tintura de castoreo	1.0

4 gôttas em meio calix de vinho do Porto, de duas em duas horas.

Medicação externa

Oleo de meimendro.	30.0
Oleo de dormideiras	60.0
Laudano	2.0
Camphora	4.0

Fricções ao ventre.

Espirito de sabão.	60.0
Ammoniaco liquido	2.0

Fricções ao umbigo.

Tratamento dosimetrico

DIARRHEA ; COLICAS

Chlorhydrato de morphina e hyosciamina, um granulo de cada um, juntos, de hora em hora, de 2 em 2 horas, segundo a intensidade e frequencia das colicas e dejecções.

Tratamento homeopathico

Verat., cham., puls., chin., ars., dulc., ipeca., sulf., merc., phosph., phosph-ac.

Dulcamaca. — Na diarrhéa que sobrevêm ao resfriamento, com evacuações mucosas, verdes

ou amarellas, de cheiro azedo, precedidas de colicas, seguidas de debilidade excessiva, evacuações noturnas; sêde, nauseas.

Chamomilla. — Na diarrhéa aquosa, de côr amarella, verde, com cheiro de ovos podres; fisgadas no ventre, vomitos biliosos.

Mercurius.— Se as evacuações — de côr esverdeada — acompanham-se de colicas, coceira no anus, puxos, calefrios, suores e cansaço.

Pulsatilla.— Nas evacuações verdes biliosas, arrojadas á noite com colicas.

China. — Quando as evacuações são liquidas, escuras, amarelladas, de subtancias pouco digeridas, acompanhadas de movimento de gazes ou roncaria: debilidade.

Ipecacuanha.— Quando — sobre ser a diarrhéa aquosa — ha vontade de lançar, vomitos amarellos ou verdes; debilidade; tendencia ao frio.

Arsenicum e veratium. — No mesmo caso da *ipecacuanha:* diarrhéa acompanhada de vomitos e caimbras.

Sulfur. — Nas diarrhéas com colicas, puxos, dejecções mucosas, putridas, sobretudo á noite; enfraquecimento.

Phosphorus e phosphoricum acidum. — Quando a diarrhéa é chronica, sem dôr e de materias pouco digeridas.

Em contraposição á precedente, sobrevem ás pejadas outra molestia, a *constipação* ou — como vulgarmente se diz — *prisão de ventre.* Accidente muito commum no fim da prenhez, é causado pela compressão que o utero exerce sobre o recto. As pejadas soffrem então muito pela grande difficul-

dade que a defecacção acarreta, e pelas dôres que acompanham sempre a violenta prisão dos gazes.

Cumpre não descurar esse estado: os esforços empregados para evacuar violentam a madre, e sua continuação produz insomnia e dôres de cabeça excessivamente incommodas.

E' facil corrigir a prisão de ventre quando não se perdeo muito tempo, e as materias excrementicias não endureceram ainda pela demora, constituindo obstaculos sempre difficeis de vencer. Os clysteres emollientes regulares, aos quaes se póde juntar quarenta grammas de sal de cosinha, puro ou torrado, e — nos casos mais rebeldes — trinta grammas de sulfato de soda, são meios que aproveitam. Os purgantes brandos não produzem tão bom resultado como os clysteres, mas — ainda assim — podem ser tambem empregados quando haja embaraço gastrico complicando a prisão de ventre.

Dicemos, e não nos cançaremos de repetir: as senhoras que soffrem d'esta enfermidade evitaráõ sempre quaesquer esforços exagerados; devem de preferencia facillitar a sahida das fezes por meio de clysteres.

Entre os accidentes que frequentemente

perseguem as pejadas, conta-se ainda as *hemorrhoidas*, consequencia quasi sempre da prisão de ventre. O incommodo que ellas produzem, principalmente quando não sangram e conservam-se duras e dolorosas, é tal que a paciente não póde ficar de pé, nem sentada; o caminhar é-lhe tambem quasi impossivel; aborrecendo-a até mesmo a estada na cama. Todo o organismo resente-se d'esse violento estado: o somno foge das palpebras, e uma serie de phenomenos — entre os quaes sobresahem o pêso de cabeça e a perturbação das digestões — completam o terrivel quadro. Felizmente — apezar de todo este cortêjo de symptomas — as consequencias não são assustadôras; e tudo desapparece logo que as hemorrhoidas sangram um poucochinho, ou se consegue amollecer os pequenos tumôres.

Quando a molestia traz grande incommodo, cumpre consultar o médico, que procederá confórme entender. Nos casos mais simples alcança-se bons resultados dos clysteres emollientes, e do uso das pomadas frescas e calmantes, como o unguento de populeão, o cold-cream, ou mesmo o balsamo tranquillo. Se as hemorrhoidas fôrem internas, introduzem-se no recto suppositorios feitos com manteiga de cacáo ou

com qualquer das substancias ácima aconselhadas.

O decubito lateral allivia muito as dôres: a paciente não deve conservar-se sentada por espaço de muito tempo.

Banhos mórnos ou frios, prolongados. Duchas ascendentes rectaes, frias.

Para combater as dôres, cataplasmas de farinha de linhaça; — clysteres oleosos e repouso; — unguento de populeão opiado; — compressas de ágoa gelada; — méchas embebidas n'esta preparação:

Cold-cream. 30.0
Extracto de belladona 4.0
Laudano 2.0

Ou n'este linimento:

Unguento de populeão 60.0
Laudano. 1.0
Gemma d'ôvo . . . . n. 2

Em fios sobre os tumôres.

Picadinhas com um alfinete; — sanguesugas em redor dos tumôres.

Applicações da *Agôa branca*, em compressas.

Ou ainda applicação d'esta mistura:

Alumen 4.0

Dissolva em:

Agôa 500.0

Em compressas.

Não indico os meios internos, porque todos elles — uns mais e outros menos —

actuando fortemente sobre os intestinos — podem interessar o utero, e d'essa fórma influir sobre o trabalho da gestação.

Tratamento dosimetrico

HEMORRHOIDES

Sulfato, arseniato ou hypo-phosphito de strychnina com hyoscimina, e mais bromhydrato de morphina, um granulo de cada um dos tres medicamentos, juntos, de 2 em 2 horas, de 3 em 3 horas, ou de 4 em 4 horas, segundo a intensidade do acceso hemorrhoidario. Si fôr muito intenso, tomará até de meia em meia hora, afim de ser acalmado.

Banhos mornos; pequenos clysteres d'agua fria.

Tratamento homeopathico

Nux-v., sulf., carb-v.,sep., graph., caust., kali.

NUX-VOMICA. — Convém ás pessôas de vida sedentaria, nas que abusam de bebidas alcoolicas, e nas que apresentam os seguintes symptomas: prisão de ventre com falsa vontade de evacuar, dejecções sanguinolentas ou fluxos de sangue puro, dôr de escoriação, ardor; picadas, peso ou pressão ao anus.

SULFUR. — Se dará depois e nas mesmas condições da precedente, cuja acção secunda poderosamente.

PULSATILLA. — Quando ha arrojos sanguinolentos ou fluxos de sangue puro, e dôr na via.

Kali-carbonum. — Contra os tumores hemorrhoidaes que sangram depois das evacuações.

Graphites. — Quando ha dôr de escoriação nos tumores hemorrhoidaes depois das evacuações; tumores divididos por fendas, que comem e ardem.

Carbo-vegetabilis. — Muito util nas hemorrhoidas que trazem congestões para o cerebro e para o peito; e quando os tumores hemorrhoidaes se azulam, incham, e ficam quentes, abrazam, e principalmente nos casos de congestões passivas com fraqueza geral.

Sepia. — Nas mesmas condições de *pulsatilla.*

Causticum. — Quando ás vezes os tumores hemorrhoidaes embaraçam as evacuações alvinas, com puxos frequentes porém baldados, mórmente se as dores aggravam-se com o caminhar.

Formulario da prisão do ventre

Agôa de Carlsbad . . . . . .
Meio copo, todas as manhãs.

Agôa de Pullna . . . .
Do mesmo modo.

Agôa gazosa	1000.0
Sulfato de soda.	50.0

Um calix, de duas em duas horas.

OLEO BELLADONADO

Oleo de amendoas doces . . .	300.0
Extracto de belladona	20 cent.
Assucar em pó.	30.0

Dissolva. Uma colher, em jejum.

EMULSÃO PURGATIVA COM OLEO DE RICINO

Oleo de ricino	32.0
Gemma d'ôvo.	n. 1
Agoa de hortelã	32.0
Agoa de canella	64.0
Xarope simples.	32.0

F. s. a. Em duas vezes.

OUTRA

Oleo de ricino . . .	aña . . .	50.0
Xarope de ameixas.		
Agoa de hortelã . .		

Misture, triturando tudo junto com uma gemma d'ôvo.

De uma vez.

TISANA DE TAMARINDOS

Pôlpa bruta de tamarindos. .	60.0
Agoa a ferver	1000.0

Depois de ter desmanchado a pôlpa na ágoa, coe. Adoce, querendo ; e tome-a fria.

CAFÉ PURGATIVO

Foliolos de senne.		10.0
Maná em lagrimas.	aña. . .	15.0
Sulfato de sóda. . .		
Café torrado em pó.		
Agoa a ferver		150.0

Deixe arrefecer, e côe atravez de um sacco de algodão.

Meio calice, de duas em duas horas, até evacuar; continuando depois a tomar ás colheres das de sôpa, trez vezes ao dia.

CAFÉ PURGATIVO

Café torrado	16.0
Fôlhas de senne	10.0
Agoa fervendo	120.0

Infunda por espaço de 1/1 de hora, côe e accrescente-lhe :

Sulfato de magnesia.	15.0
Xarope simples.	30.0

De uma vez.

POÇÃO PURGANTE DE MANÁ

Fôlhas de senne.	8.0
Sulfato de sóda.	16.0
Maná.	60.0
Agoa a ferver	36.0

Lance a ágoa á ferver no senne; infunda por espaço de 1/4 de hora; côe com espressão, e misture o sulfato de sóda e o maná; dissolva-os; filtre.

Em duas vezes, com intervallo de 12 horas.

EMULSÃO LAXANTE DE MANÁ

Maná em lagrimas.	60.0
Emulsão simples	180.0
Agoa de canella, vinhosa. . .	4.0

Em duas vezes, com intervallo de meia hora.

LEITE PURGATIVO COM MANÁ

Maná em lagrimas.	60.0
Leite á ferver	200.0

Dissolva primeiramente o maná n'um poucochinho d'ágoa á ferver, côe, e junte ao leite.

De uma vez.

POÇÃO ANGELICA

Maná. 60.0
Agoa. 250.0
Senne 8.0
Agoa de canella 30.0

Para ficar agradavel, deve ser preparado nas pharmacias.

Em duas vezes,

POÇÃO PURGATIVA

Foliolos de senne. 10.0
Infunda por espaço de um quarto de hora, em:

Agoa á ferver 120.0
Côe e desmanche dentro:

Sulfato de sóda. 30.0

Junte-lhe:

Xarope de jalapa. 60.0

Um calix de manhã, outro á noite.

CERVEJA PURGATIVA

Senne 15.0
Centaurea menor. 8.0
Fôlhas de absinthio 4.0
Cerveja ingleza . . . . 1 gf.

Conserve em maceração por espaço de trez dias; côe com espressão; filtre.

Um calix, á comida.

ELECTUARIO PURGANTE

Pôlpa de tamarindos. 60.0
Cremor de tartaro em pó. . . 8.0
Sal de Seignette 4.0

Maná em lagrimas.	15.0
Xarope de rosas pallidas. . .	30.0

Misture.

4 colheres das de sôpa, por dia.

Tratamento dosimetrico

Sedlitz de Chanteaud: uma pequena colher em meio copo d'agua com assucar, pela manhã, ao meio dia e á noite. Ajunte-se:

Sulfato ou hypophosphito de strychnina ou o arseniato, um granulo de manhã, um ao meio dia, e outro á noite.

Tratamento homeopathico

Nas mulheres gravidas a prisão de ventre cede aos seguintes medicamentos: *Nux-vomica, opium; sepia;* ou á *alumina, bry, lycop.*

O *edema* ou *inchação das extremidades inferiores* é um accidente excessivamente commum nas pejadas. Produl-o — quasi sempre — a compressão do utero sobre os vasos que atravessam a bacia; não obstante, póde ser tambem effeito não só da extrema fraqueza, como tambem um dos symptomas da affecção á que chamâmos em gynecologia *cachexia serosa.*

Sendo esta ultima uma molestia grave, que cumpre bem conhecer para atacal-a em seo fundo, não póde ser objecto de estudo n'um livro de tão pequenas dimensões, devendo tão só tratal-a o profissional.

Quanto á simples inchação edematosa, á que estão mais commummente predispostas as moças lymphaticas e de constituição debil e franzina que as de typo e natureza oppostas, seo unico incommodo reduz-se á difficuldade no caminhar, visto como nem uma outra funcção se acha compromettida por aquelle estado morbido.

O exercicio moderado póde prevenir em muitos casos o apparecimento do mal; uma vez, porém, manifestado, a primeira cousa á fazer é alliviar os pés usando de calçado largo e macio, e — depois — por menos que a inchação progrida — applicar nas pernas ligaduras em espiral que comprimam igualmente toda a região doente. Para esse fim são preferiveis as tiras de flanella ou de lã ás de linho, porque — sobre se adaptarem melhor e mais facilmente se conservarem no lugar — actuam vantajosamente facilitando a circulação capillar, e portanto tambem concorrendo para o desapparecimento do edema.

Quando a debilidade é excessiva cum-

pre empregar os tonicos, entre os quaes serão preferidos os vinhos ferruginosos.

Quina reduzida á pó, em maceração ou em decocção, 15,0 para cada litro d'água : aos calices, de 2 em 2 horas; — extracto de quina, 50 centigram. a 1,0, em 250,0 de vinho do Porto fino: ás colheres das de sôpa, de 3 em 3 horas ; —tintura de quina, 10,0 em 250,0 do mesmo vinho, para tomar do mesmo modo. Sulfato de quinina, 1,0 em 250,0 de vinho Madeira ou Malvasia, para tomar do mesmo modo. *Quassia-amara*, em maceração n'água ou em vinho fino, 15,0 a 30,0 para cada litro : tome do mesmo modo. A raiz de *genciana*, do mesmo modo e debaixo da mesma fórma ; — *calumba*, idem.

Ferro, em limalha brilhante, 50 centigram. por dia ; ferro reduzido pelo hydrogeneo, de Quevenne, na mesma dóse.

Althéa em pó . . . . . . } Lactato de ferro . . . . . }	anã 1,0
Mel	q. b.

F. s. a. 20 pipulas: 3 por dia.

Tintura de acetato de ferro	8.0
Tint. de baunilha	4.0
Tint. de cascas de laranjas amargas.	60,0
Agoa de canella.	2.0

6 gôttas, de 2 em 2 horas.

(Havendo palpitações de coração muito fortes, substitua-se a ágoa de canella por tintura de digitalis.)

Arsenico, em pequenas dóses: é um tonico valiosissimo.

Agoa ingleza	1 gf.
Acido arsenioso dissolvido ao fôgo.	0,05

A's colheres das de sôpa, de 4 em 4 horas.

Do mesmo uso.

Ao par d'esses medicamentos, cumpre juntar o regimen excitante e substancial, banhos frios e estimulantes quando não hajam inconvenientes, banhos de mar, exercicio, moradia na roça. etc.

Tratamento dosimetrico

Granulos de arseniato de strychnina;
Granulos de digitalina;
Granulos de acetato de ferro; tome um granulo de cada medicamento, juntos, de 3 em 3 horas, ou de 4 em 4 horas, conforme a extensão do edema.

Tratamento homeopathico

Sulf., ferr., ars., chin.

China, arsenicus ou ferrium. — Quando a edema apresenta-se apóz longas perdas de forças ou de sangue. Fraqueza externa. Anemia profunda.

E' frequente queixarem-se as pejadas de *vertigens*, que pódem resvalar para a *syncope*. Este accidente, do mesmo modo que a zôada nos ouvidos, as allucinações opticas, o enjôo, etc., não passam de variedades do mesmo estado geral, constituido por um desequilibrio entre os dous systemas, nervoso e circulatorio. Assim é que apresentam-se n'alguns casos quando ha ameaço de congestão, e n'outros como symptoma da verdadeira anemia. O ultimo é mais commum; e a razão acóde-nos facilmente ao espirito. A pejada apresenta um tão profundo empobrecimento do sangue, que — quando não se dê a conhecer por symptomas francos e manifestos—prepara por fórma tal o organismo, que o menor accidente põe logo em evidencia a fraqueza radical, filha dessa mesma disposição physiologica. Sobrevem então qualquer facto que affecta o systema nervoso, um desgôsto, por exemplo, uma má impressão moral, ou — ainda — alguma cousa que violente o côrpo, como a permanencia prolongada no mesmo lugar, a agglomeração de pessôas n'um limitado espaço, qualquer circumstancia — em summa — que — n'outra occasião — apenas incommodaria, emtanto que basta agora para gerar ou um simples enjôo, com ver-

tigem e zôada nos ouvidos, ou o verdadeiro desmaio com resolução completa dos membros.

Este accidente não costuma a trazer consequencias, que assustem ; constitue apenas uma indisposição tanto mais passageira e leve, quanto — de ordinario — não accommette de chofre : a mulher sente-o approximar-se pelo apparecimento successivo dos primeiros symptomas, dando tempo a empregar-se algum meio para prevenil-o ou minoral-o, e — principalmente — de obstar a quéda, quasi sempre funesta n'esse estado. Geralmente começa por uma especie de molleza, com sensação de calor na região do coração, e frio nas extremidades ; a testa cobre-se de suor, o rôsto empallidece ; perda dos sentidos ; o pulso enfraquece até quasi desapparecer, e completa-se a resolução. Este accesso dura mais ou menos tempo, a mulher vai pouco a pouco voltando á si, o semblante recobra a sua primitiva côr, o pulso se levanta, bate o coração com mais energia, e gradualmente tornam todas as funcções ao seu estado normal.

Para acudir a este accidente, o que cumpre fazer durante a crise é — antes de tudo — collocar a pejada n'um ponto

onde o ar circule livremente, afrouxar-lhe as roupas se as tem apertadas, e principalmente os cordões da saia e o cós do vestido, e approximar das fossas nasaes ammoniaco, ether acetico, ou — na falta — ágoa de Colonia, ágoa Florida, vinagre, borrifando-se ao mesmo tempo o rôsto com ágoa fresca.

Com estes meios domina-se rapidamente o paroxismo; cumpre, porém, prevenir-lhe a repetição, e para esse fim deve a mulher sugeitar-se a um regimen opportuno, que — de assentada — combata a fraqueza geral que prepara os desmaios, fazendo igualmente desapparecer a excessiva sensibilidade que os géra.

Usará — portanto — de alimentação sufficiente, ao mesmo tempo que não esquecerá os tonicos, como o vinho de quina, com ou sem ferro, conforme o gráo de debilidade que por ventura exista; e os anti-spasmodicos, entre os quaes merecem especial menção o xarope de cascas de laranjas amargas com tintura de canella.

O vinho de quina toma-se perfeitamente antes ou depois da comida, na dóse de uma colhér das de sôpa, cada vez; o xarope, que indicámos, bem como qualquer dos outros anti-spasmodicos, tomam-se na dóse de

uma á duas colheres das de sôpa pela manhã ou á noute, além de igual dóse todas as vezes que o accesso ameaçar, sendo opportuno fazêl-o logo aos primeiros symptomas para prevenir novo desmaio, o que na maioria das vezes se consegue.

Fóra do accesso.

Xarope de orchata.	60.0
Oleo de figado de bacalháo	30.0
Agoa de louro-cereja. . .	15.0

Misture, vascolejando.

A's colheres das de chá, 1/4 de hora depois das refeicções.

AGUA DE FERRO, GAZOSA.

Tartrato de ferro e potassa	0.15
Agoa gozosa simples . . .	95.00

Introduza-se o sal de ferro n'uma garrafa, e logo depois a ágoa gazosa.

A' comida, simples ou com vinho.

LICÔR ESTOMACHICO.

Alcool de genciana	15.0
Anisette.	500.0

A' sobremeza, um ou dous calices.
Do mesmo modo.

As pilulas de lactato de ferro, já preconisadas no tratamento de edema.

Duas por dia.

Durante o accesso

Poção com ether.

Ether sulfurico	1.0
Agoa aromatica de hortelã	60.0
Xarope simples	30.0

Em frasco bem arrolhado.
A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora.

OUTRA.

Xarope de flôres de larangeira	30.0
Hydrolato de flôres de tilia	80.0
» de flôres de larangeira	30.0
Ether sulfurico.	2.0

Em frasco bem arrolhado.
Do mesmo modo.

OUTRA, OPIADA.

Ether sulfurico.	1.0
Laudano de Sydenham . .	6 decigr.
Agoa aromatica de hortelã	60.0
Xarope commum	30.0

Em vidro bem tapado. A's colheres das de sôpa, com espaços mais ou menos longos, e conforme os effeitos.

CLYSTER ANALEPTICO.

Gemma d'ovo	n. 1
Salepo em pó.	2.0
Caldo sem sal.	125.0

Coa-se o salepo com o caldo; deixa-se ficar mórno. Bate-se dentro a gemma d'ovo.

As dôres nos seios são inseparaveis da gestação; dependendo da tumefacção que esses orgãos exprimentam afim preparar-se para as importantes funcções que lhes estão reservadas — mais fracas ou mais fortes — apparecem em todas as pejadas.

Na maioria dos casos, tão leves ellas são que as mulheres mal se queixam, ainda mesmo quando se apresentam logo depois da concepção; outras vezes, porém, quer por disposição organica especial da mulher, quer por condições particulares do orgão, a dôr é tão agúda que exige prompto remedio que a calme. Geralmente alliviam-n'a as fomentações com leite môrno, e frequentemente repetidas para evitar o resfriamento; podendo-se tambem empregar com muito proveito as fricções com unguento de populeão ou com oleo anodyno.

E' claro que se evitará toda e qualquer compressão que possa produzir não só o augmento da dôr, como as complicações de outro genero.

Se a mulher é sanguinea e robusta, tomará ao mesmo tempo bebidas refrigerantes: ágoa de arroz, por exemplo, limonadas e laranjadas, principalmente as de laranja da terra, para refrescar o sangue, e

portanto tambem diminuir as tendencias congestivas.

Limonadas fracas de:

Limão, laranja da terra, tamarindos, pitanga, cajú, cajá.

Fructas:

Limas, limões doces, laranjas selectas.

Refrescos:

Agoa vinagrada.
Agôa gazosa.
Orchata.
Capilé.
Caldo de ananaz.
Xarope de amoras.
Xarope de morangos.

Cosimentos de:

Gramma, parietaria, herva tostão.

Lavagens com cosimento das:

Fôlhas de belladona.
» » herva-moira.
» » alface.
» » stramonio.
Dormideira

Fomentações com:

Pomada de belladona.
Pomada de meimendro.

Pomada de belladona.	60.0
Oleo de meimendro	4.0
Laudano de Rousseau	8.0
Camphora.	2.0

Duas vezes ao dia.

Balsamo tranquillo. 30.0
Laudano de Sydenham. 15.0

Nos seios, duas vezes por dia.

E' muito frequente queixarem-se as pejadas de *dôres nas cadeiras*; limitando-se — ás vezes — á essa região, outras vezes— por menos fortes que sejam — fazem-se tambem sentir nas virilhas e côxas.

Apparecem de preferencia quando a gravidez vae já adiantada, de modo que raramente se observam antes do terceiro mez. Fazem-se acompanhar de sensação de calor e pêso n'essa séde; augmenta quasi sempre com o movimento, sendo para notar que — em muitos casos — só a mulher as accusa quando anda.

A causa que produz essas dôres nem sempre é a mesma, podendo — porém — na maioria dos casos — ligar-se a duas origens bem distinctas: á superexcitação nervosa fixada principalmente nos nervos que constituem o plexo lumbo-sacro, e n'esse caso trata-se de uma verdadeira nevralgia; ou á distenção dos ligamentos do utero á medida que elle cresce sôb a influencia da gestação.

Em certas occasiões póde ser tão aguda a dôr produzida por esta ultima causa, que obrigue — como já dissemos — á

quietação quasi absoluta, sôb pena de continuos soffrimentos tão intoleraveis ás vezes que levam a pejada ao desmaio.

Em qualquer dos casos deve a mulher attendêl-as antes que tomem proporções graves, e a primeira medida é o uso de uma faixa bem feita e perfeitamente applicada. Este meio traz sempre allivio á doente.

As faixas, que pódem ser de qualquer tecido elastico, ou tambem de ponto de *tricot* forte, devem suspender bem o abdomen, comprimindo de leve o utero para atraz.

Para coadjuvar esse meio, aconselham-se tambem os banhos, e especialmente os banhos frios, as fomentações aromaticas na região lombar; as fricções da mesma natureza em toda a extensão das côxas quando as dôres as interessam; e — internamente — algum antispasmodico.

Não havendo allivio, oiça-se o profissional: é muito possivel que essas dôres — enlaçadas com estados geraes do organismo — exijam medida mais energica para serem debelladas.

Merecerá séria attenção o regimen, sendo provavel que as dôres exacerbadas com o caminhar, tenham por origem a indolencia e a inactividade em que se conserva a mulher por espaço de muito tempo.

Comprehende-se que em taes casos o movimento fará pouco á pouco voltarem as cousas ao seo estado normal. O embaraço que quasi sempre se apresenta, é a quasi impossibilidade de mover-se a pejada sôb a pressão das dôres; essa difficuldade, porém, vence-a a constancia e a fôrça de vontade bastante para sobrepujar a dôr. No primeiro dia anda-se um pouco; no segundo, faz-se o sacrificio maior; e d'esse modo consegue-se gradualmente chegar ao exercicio necessario para satisfazer as necessidades do organismo combatendo ao mesmo tempo a affecção intercurrente.

Tratamento dosimetrico

DÔRES DE CADEIRAS

Camphora bromada e bromhydrato de morphina, um granulo de cada um, juntos, de meia em meia hora, ou de quarto em quarto d'hora, si forem muito intensas.

Applica-se tambem o beuzoato de soda ou o carbonato de lithina juntos e do mesmo modo que os precedentes medicamentos.

Repassando a pathologia especial da gestação, poderiamos ainda encontrar outros estados mórbidos que — com mais ou menos frequencia — com maior ou menor

intensidade— affectam as pejadas; taes são, entre muitos, a *dôr de cabeça*, as *nevralgias*, as *palpitações do coração*, a *oppressão do peito*, a *tosse nervosa*, a *insomnia*, etc., achaques que — quando não são symptoma de enfermidade grave que já existia antes da prenhez, ou com ella se desenvolveo — têem pouca importancia, e cedem facilmente.

São todas puras manifestações da excitação nervosa em que se colloca a mulher sôb a acção da prenhez, affecções caprichosas que cedem hoje a um meio excessivamente simples, e— no emtanto— falham amanhã com a mesma facilidade; que se dissipam expontaneamente quando a paciente abandona toda e qualquer medicação, fatigada já da inutilidade de seus esforços; em resumo, que apresentam tanta variabilidade em sua natureza como nas fórmas, as quaes revestem o verdadeiro typo das affecções nervosas.

Para todas ellas aconselharei ás pejadas uma só regra de conducta: melhorar o estado geral por meio de regimen adequado, alimentação reparadora, e exercicio activo ao ar bastante livre para agitar a circulação. A insomnia, por exemplo, é quasi sempre produzida pela falta de movimento, como as

nevralgias o são pela insufficiente alimentação. O uso de bebidas, não as refrigerantes que debilitam mais ainda o côrpo, porém— inversamente — tonicas e antispasmodicas, favorecerá altamente a calma perturbada pelas superexcitações nervosas.

Ha occasiões em que essas superexcitações nervosas são mantidas pelo estado do espirito, cuja intranquillidade manifesta-se constantemente nas funcções do organismo; n'esse caso, cumpre recordar o que ficou dito com respeito á hygiene moral, e procurar por todos os meios imaginaveis restabelecer a confiança no porvir, a paz e a alegria d'alma.

As fórmulas que vou prescrever — por sua simplicidade e efficacia — pódem ser empregadas sem receio.

Formulario das dôres de cabeça.

Infusão concentrada de café pelo processo caseiro.	120.0
Agoa florida ou da Colonia. . .	40 gôttas.

A's colheres das de sôpa, de 1/2 em 1/2 hora.

Tintura de valeriana.	4.0
Agoa de canella.	60.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora.

Hydrolato de hortelã-pimenta.	80 0
Hydrolato de louro-cereja. . . .	10.0
Xarope de extrato de cafeina. .	30.0

A's colheres das de chá, de 1[2 em 1[2 hora.

Hydrato de chloral.	2.0
Infusão de raiz de valeriana. .	anã 75.0
Xarope de flôres de larangeira .	

A's colheres das de sôpa, de hora em hora, durante o accésso.

Arseniato de morphina. . . .	1 cent.
Infusão de café pelo processo commum.	50.0

De uma vez.

Sulfato de quinina.	1.0
Alcool.	8.0
Tintura de canella.	5.0
Xarope de baunilha.	24.0

A's colheres das de chá.

Extracto spirituoso de café. . .	8.0
Café moido.	1.0

F. 60 pilulas: uma, de 1[2 em 1[2 hora.

Extracto de guaraná.	1.0
Guaraná em pó.	1.0
Alcool.	q.b.

F. 20 pilulas. 3 a 6 por dia, conforme a intensidade da dôr.

Extracto de meimendro.	aña 0.25 cent.
Extracto de belladona.	
Extracto de alface.	0.5 cent.
Extracto d'opio.	0.15 »
Manteiga de cacáo.	5.0

F. 30 pilulas. Uma de manhã, outra á tarde.

Extracto de valeriana.	4.0
Extracto de meimendro. . . .	2.0
Sabão medicinal.	6.0
Rhuibarbo.	} aña 1.0
Castoreo.	

F. s a. pilulas de 10 centigr. 3 por dia.

Sulfato de quinina	1.0 cent.
Opio.	0.10 »
Extracto de alcaçuz.	q.b.

F. 24 pilulas. 4 por dia.

Sulfato de quinina cryst . . .	2.0
Alcoolatura de aconito.	1.0
Althéa em pó.	q.b.

F. pilulas de 10 centigr. 3 por dia.

Guaraná.	2.5 cent.
Assucar crystallisado.	1.0 »

F. um papel, e mande 24. Um, de 2 em 2 horas.

Bromureto de potassio.	2.0
Xarope de cascas de laranjas amargas.	15.0

Metade antes de ceiar e metade ao deitar-se. Cephaléa anemica.

Café moido.	200.0
Agoa á ferver.	} aña q. b.
Assucar. . . . . para obter um litro de xarope.	
Chinchonina	6.0
Sulfato de morphina.	1.5 cent.

A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora.

Xarope de Easton. . . . . . . a fórmula.
2 colheres das de chá, por dia.
Cephaléa anemica.

Agôa sedativa, de Raspail. . . a fórmula.
Em compressas sobre a testa.

Espirito de vinho. 30.0
Espirito de sal ammoniaco vinhoso. 15.0
Opio. 2.50
Camphora. 1.25

Digira a frio por espaço de trez dias, agitando o vidro de vez em quando. Deite cinco gôttas no ouco da mão, e aspire-as com fôrça.

Camphora 30.0

Dissolva em :

Alcool de 22° 260.0

Accrescente-lhe:

Ammoniaco liquido. 60.0
Oleo de aniz . . . . 8 gôttas.
Em compressas sobre a testa.

Camphora. 60.0
Ammoniaco. 200.0
Alcool de alfazema . . . . . 0.5 decig.
Mistura-se o ammoniaco com o alcool de alfazema distillado a banho-maria; junta-se depois a camphora ao producto da distillação.

Fricções na testa, contra as dôres de cabeça violentas.

Agôa distillada. 128.0
Cyanurêto de potassio. . . . 1.2 decig.

Na testa, em compressa. Não deixe cahir nos olhos.

Chloroformio.	12.0
Cyanureto de potassio.	10.0
Banha fresca	60.0
Cerôto.	q.b.

para receber a consistencia de pomada.

Na testa. Não deixe cahir nos olhos.

Rapé	15.0
Sulfato de quinina.	8 0

Durante o accesso. Nas cephaléas intermittentes: uma pitada por dia.

Almiscar	5 cent.
Extracto de valeriana.	1.0 »
Extracto d'opio.	5 »
Xarope de belladona.	q.b.

Faça quatro pilulas. Uma só pilula, no accesso nevralgico, acalma-o ás vezes como por encanto.

Valerianato de zinco.	aña 0.50 cent.
Valerianato de quinina	
Extracto de quina.	
Extracto de genciana.	1.0
Extracto de belladona.	0.10 cent.

Faça dez pilulas prateadas. Uma de manhã e outra á tarde, nas nevralgias não continuas com accessos irregulares.

Valerianato de zinco.	0.05 cent.
Extracto de meimendro. . . .	1.0 »
Extracto d'opio.	0.05 »
Conserva de rosas.	q.b.

F. 12 pilulas. Duas a trez, com trez horas de intervallo d'uma á outra, e repetir a mesma medicação no dia immediato, para combater a nevralgia trifacial.

Sulfato de quinina. 1.0
Alcool. 8.0
Tintura de canella. 5.0
Xarope de baunilha. 25.0

Em 3 dóses, nos intervallos do accesso.

Sulfato de quinina. 2.0
Massa pilular de Vallet. . . . 5.0
Faça 40 pilulas. 2 por dia.

Nevralgias das chloroticas.

Extracto de belladona. . . . . 0.10 cent.
Limalha de ferro. . . . . . . 1 gram.
Sulfato de quinina. . . . . . . 1 »
Faça 20 pilulas.

Duas a quatro por dia.

Tintura d'opio. 8.0
Linimento de sabão. 24.0

Fricções.

Laudano . . . . } aña 4.0
Camphora . . . . }
Umguento de althéa. 60.0

Fricções.

Agoa da Colonia ou Florida. . 4.0
Tintura de aconito. 2.0
Chloroformio 1.0
Fricções nas gengivas. Nevralgias faciaes.

Oleo de terebenthina. 15.0
Oleo de amendoas. 30.0

Fricções n'outros pontos.

Extracto de belladona.	4.0	
Acetato de morphina.	0.10	cent.
Linimento saponaceo camphorado.	60.0	

Fricções.

Oleo morphinado.	22.0
Tintura de aconito.	5.0
Chloroformio	3.0

Fricções ligeiras sobre a região dolorosa.

LINIMENTO ANTI-NEVRALGICO

Chloroformio.	32.0
Sulfato de quinina.	3.0
Ammoniaco liquido.	4.0
Banha	30 0

Fricções.

BALSAMO CONTRA AS NEVRALGIAS

Chloroformio.	anã 5.0
Tintura de aconito.	
Balsamo tranquillo.	30.0
Muriato de morphina. . . .	0.10

Fricções.

POMADA CONTRA AS NEVRALGIAS

Chloroformio.	32.0
Sulfato de quinina.	3.0
Ammoniaco liquido	4.0
Banha	30.0

Fricções.

SOLUÇÃO CONTRA AS NEVRALGIAS DENTARIAS E FACIAES

Extracto d'opio	anã 1.0
Extracto de belladona. . .	
Extracto de estramonio . .	
Hydrolato de louro-cereja .	12.0

Dissolva e filtre.—Introduzem-se quatro á cinco gôttas no ouvido, tapa-se este com algodão em rama, e inclina-se a cabeça do lado oppôsto. Sinapismos ao mesmo tempo na barriga das pernas.

PILULAS CALMANTES ANTI-PERIODICAS, DE DEVALO

Sulfato de quinina.	5 centigr.
Extracto de valeriana . . .	1 decigr.
Extracto de opio.	1 milligr.

Faça uma pilula. Nevralgia ciliar intermittente; cinco a dez pilulas por dia, trez horas antes do accesso.

Formulario das palpitações

POÇÃO CONTRA AS PALPITAÇÕES

Uso interno.

Hydrolato de melissa. . . .	120.0
Agoa de louro-cereja. . . .	10.0

A's colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

OUTRA

Hydrolato de flôres de larangeira.	120 0
Xarope de bromureto de potassio	60.0

A's colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

OUTRA

Hydrolato de melissa. . . .	90.0
Hydrolato de flôres de laran-geira.	60.0
Hydrolato de louro-cereja. .	10 0
Xarope de Labellonye . . .	60.0

4 colheres das de sôpa, por dia.

LICOR DE FOWLER

4 gôttas, trez vezes ao dia, n'um calix de cosimento de fôlhas de pecegueiro.

LINIMENTO SEDATIVO, MODIFICADO PARA MEO USO

Extracto alcoolico de digital.	4.0
Extracto alcoolico de bella-dona.	2.0
Sabão amygdalino	12.0
Tintura de meimendro. . .	90.0
Tintura d'opio.	15.0
Camphora	4.0

Fricções sobre a região do coração.

Formulario da tosse nervosa

POÇÃO CALMANTE

Agoa distillada de alface. .	100.0
Agoa de louro-cereja. . . .	10.0
Xarope de diacodio.	30.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora, ou de duas em duas horas, conforme a intensidade da tosse.

POÇÃO ANTI-SPASMODICA

Agoa distillada de louro-cereja	10.0
Agoa distillada	100.0
Xarope de flôres de larangeira.	30.0
Extracto de succo dep. de belladona.	5 centigr.
Ether sulfurico.	2.0

A's colheres das de sôpa, de hora em hora, nas tosses nervosas.

PÓ ANTI-SPASMODICO

Oxydo de ferro.	2.0
Assucar	5.0

Divida em 12 papeis: um de 2 em 2 horas, em ágoa adoçada.

Formulario de insomnia

Codeina.	aña 2.0
Thridaceo.	
Althéa em pó	q. b.

Faça 4 pilulas: uma por dia.

OUTRA

Pilulas de cynoglossa	35 centigr.
Agoa distillada de dormideiras	75.0
Xarope de dormideiras . . .	15.0

A's colheres das de sôpa, de meia em meia hora.

Bromureto de potassio. . . .	4.0
Agoa distillada	150.0

A's colheres das de sôpa, de 2 em 2 horas.

Hydrato de chloral	5.0
Agoa distillada.	30.0

Uma colher das de chá, n'um calix de vinho, cerveja ou limonada, como hypnotico ordinario.

Xarope de diacodio	90.0

30.0 ao deitar.

Xarope de narceina.	80.0

20.0 ao deitar.

Xarope de acetato de morphina.	90.0

30.0 duas horas antes de deitar.

Uso externo.

Extracto de belladona. . .	aña 5.0
Extracto d'opio	

Fricções nas fontes todas as noites, cobrindo a parte friccionada com tafetá gommado.

Tratamento dosimetrico

DORES DE CABEÇA.

Cafeina e camphora bromada: um granulo de cada um, juntos, de quarto em quarto d'hora, de meia em meia horo, de hora em hora, conforme a intensidade.

Si for periodica, além desta medicação nos accessos, dar-se-ha: valerianato de quinina dois granulos de meia em meia hora, ou de hora em hora, nos intervallos.

NEVRALGIAS.

Durante os accessos, aconitina ou atropina, um granulo de meia em meia hora até alliviar. Esta applicação não passará de dez granulos sem assistencia ou conselho de medico.

Nos accessos, dar-se-ha: arseniato de quinina um granulo de hora em hora, junto com dois de valerianato de quinina.

TOSSE NERVOSA.

Camphora bromada e codeina, um granulo de cada um, juntos, de quarto em quarto d'hora.

Si for periodica ajunte-se valerianato de quinina e hydro-ferro-cyanato de quinina, um granulo de cada um, de meia em meia hora, nos intervallos.

VERTIGENS.

Quassina e cafeina, um granulo de cada um, juntos, de meia em meia hora, ou de hora em hora, conforme a frequencia.

SYNCOPE.

Arseniato de strychnina e cafeina, um granulo de cada um, juntos, de tres em tres horas, quatro vezes por dia, durante tres ou quatro dias. Depois oiça-se o medico.

Tratamento homœopathico

DORES DE CABEÇA

Nux-v., bell., acon., bry., coff., merc., sulph.

Aconito. — Quando ha fisgadas, pancadas na cabeça, pêso, affluxo de sangue para o rosto, para a cabeça, olhos e faces vermelhas, pulso cheio e

frequente; o menor movimento e o fallar augmentam as dôres.

Belladona. — Quando ha atordoamento, pressão violenta na cabeça, sensação como se quizesse a cabeça estalar, pulsações mais fortes nas arterias temporaes e em toda a cabeça.

Nux-vomica. — Quando ha dôr lancinante, abrasante, muito pêso na cabeça, boca amarga, sensação de pêso dentro da cabeça; prisão de ventre, caracter irascivel.

Coffea. — Quando ha dôr como si tivessem introduzido um prego n'um dos lados da cabeça; dôres insupportaveis obrigando o doente a gritar e a agitar-se.

Mercurio. — Quando ha dôres lancinantes, terebrantes, semilateraes, até os dentes e pescoço, irradiando-se para os ouvidos; aggravação violenta das dôres para a noite com o calor da cama, bem como ao contacto de cousas frias ou quentes; suores continuos nocturnos que não alliviam.

Sulphur. — Quando ha dôres pressivas, quer semilateraes, quer na fronte, que não deixam abrir os olhos; aggravação pela manhã e á noite, bem como pelos trabalhos intellectuaes e ao ar livre; sensibilidade do couro cabelludo.

Bryonia. — Quando ha pressão ou compressão na cabeça e lancinação especialmente do lado; dôres de cabeça com vomitos, nauseas e necessidade de conservar-se deitado; aggravação pelo movimento; caracter irascivel e triste ao mesmo tempo.

NEVRALGIAS EM GERAL

Quando causadas por violencias externas, arnica, conium ou calendula; quando provocadas pelo resfriamento, dulcamara, rhus, toxicodendron, chamomilla; quando produzidas por emoções moraes vivas, ignatia, belladona, stramonium.

ODONTALGIAS

(Dôres de dentes)

Durante a prenhez as dôres de dentes encontram o seu remedio em bell., calc., magn.-mur;, nux-mosch., nux-vomica, sepia e staphysagria. Hyosciamus e rhus tambem são uteis.

TOSSE NERVOSA

Bell , ipec., carb.-s., nux-v., veratr., acon., que empregam-se conforme as causas e symptomas que acompanham a tosse.

INSOMNIA

Puls., ipec., mosch., sulph., op., acon., coff., ign., bell.

Aconitum. — Quando a insomnia sobrevem á certos acontecimentos infelizes;

Coffea. — Quando — inversamente — sobrevem á viva satisfação.

Opium. — Quando produzida pelo medo ou terror.

Ignatia. — Quando sobrevem ao desgosto.

Belladona. — Quando ha angustia, vontade inutil de dormir, visões que embargam o somno.

Moschus. — Nas pessoas sujeitas ás superexcitações nervosas.

Nux-vomica, pulsatilla ou ipecacuanha. — Na insomnia das pessoas que soffrem do estomago.

Sulphur. — Quando abusou-se das preparações opiadas.

Terminando, seja-me licito uma observação áquellas pessoas que — na falta de médico — cuidam das pejadas. Quando se procura corrigir os accidentes da prenhez, deve rigorosamente constituir a base de todas as prescprições, a idade, temperamento, compleição, habitos, predisposições morbidas, épocha da prenhez, constituição médica reinante, coincidencia ou não coincidencia do accidente com outra enfermidade, pormenores que cumprem ficar bem elucidados pelo muito que valem, reduzindo-os a fórmulas precisas, se não quizerem incorrer em erros lamentaveis, que resvalam para o crime.

Lembrem-se mais ainda que a mulher no estado de gestação torna-se summamente excitavel e nervosa, e que precisa sobretudo ser tratada com carinho, sollicitude e affecto; si se lhe falla a linguagem do sentimento e conquista-se sua sympathia, consegue-se sempre melhores e mais promptos resultados do que com todas as afamadas fórmulas.

MEDICINA PARA O POVO

GUIA DA MULHER PEJADA

Preceitos hygienicos.
Molestias e accidentes. Seu tratamento: allopathico, pelo autor;
homœopathico, pelo DR. CASTRO LOPES; e dosimetrico,
pelo DR. JOSÉ DE GOES.

PRECEDIDOS DO

CALENDARIO DA PRENHEZ

com o qual se pode marcar o dia do parto, a época da fecundação e o periodo em que se devem sentir os movimentos do féto.

PELO

DR. PIRES DE ALMEIDA

RIO DE JANEIRO

Typographia e lithographia á vapor LOMBAERTS & C.
7 RUA DOS OURIVES 7
1884